



VIDEREUTDANNING I KOGNITIV ATFERDSTERAPI for leger og psykologer Levanger 2024–2026

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 problemløser og medarbeider i terapien. Kognitiv atferdsterapi 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 atferdsterapi kan anvendes i hele behandlingsskjeden – 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 denne utdanningen:

- ◆ Innføring i grunnelementer i kognitiv atferdsterapi
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved depresjon
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved angstlidelser; panikklidelse, agorafobi og spesifikk fobi
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved angstlidelse; sosial angstlidelse
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved PTSD
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved personlighetsmessig forankrede problemer
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved rusmiddelproblemer
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved generalisert angstlidelse (GAD)
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved psykose
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved sinne/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-opptak av terapisamtaler som ledd i veiledning. Etter endt undervisning og veiledning gjennomfører kursdeltakerne en avsluttende skriftlig eksamen.

Program

1. Samling

Kurssted: Sykehuset Levanger

13.-15. mai 2024 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Innføring i grunnleggende kognitiv atferdsterapi v/psykologspesialist Svein Haseth

Dag 3: Ferdighetstrening

2. Samling

Kurssted: Sykehuset Levanger

26.-28. august 2024 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved depresjon v/psykologspesialist Svein Haseth

Dag 3: Ferdighetstrening

3. samling

Kurssted: Sykehuset Levanger

7.-9. oktober 2024 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved panikklidelse, agorafobi og spesifikk fobi v/psykologspesialist Svein Haseth

Dag 3: Ferdighetstrening

4. samling

Kurssted: Sykehuset Levanger

Januar 2025 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved sosial angstlidelse v/psykologspesialist Svein Haseth

Dag 3: Ferdighetstrening

5. samling

Kurssted: Sykehuset Levanger

Dato ikke avklart kl. 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved PTSD (CT-PTSD) v/

Dag 3: Ferdighetstrening

6. samling

Kurssted: Sykehuset Levanger

Dato ikke avklart kl. 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved psykose v/

Dag 3: Ferdighetstrening

7. samling

Kurssted: Sykehuset Levanger

Dato ikke avklart kl. 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved rusmiddelproblemer v/

Dag 3: Ferdighetstrening

8. samling

Kurssted: Sykehuset Levanger

Dato ikke avklart kl. 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved insomni v/

9. samling

Kurssted: Sykehuset Levanger

Dato ikke avklart kl. 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved personlighetsmessig forankrede problemer

10. samling

Kurssted: Sykehuset Levanger

Dato ikke avklart kl. 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved generalisert angstlidelse (GAD)
v/psykologspesialist Svein Haseth

11. samling

Kurssted: Sykehuset Levanger

Juni 2026 kl. 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved sinne/vold v/

Eksamen: 11. samling dag 3 kl. 11-14

Praktiske forhold

Kaffe/te serveres.

Oppmøtelister føres.

Kontaktadresser og fakturering

Kursleder: Svein Haseth sveihase@online.no

For praktiske spørsmål: kristin@kognitiv.no

Kursavgift er kr 10 000,- per semester, totalt kr 40 000,- (faktureres av NFKT/indeksreguleres 1. januar)

Veiledningsutgifter, inkl videovurdering (forutsatt 5 deltagere pr. gruppe) er ca kr 18.000,- pr.deltager.

Eventuelle reiseutgifter til veileder kommer i tillegg. Veiledning faktureres av veileder.