NORSK FORENING FOR
KOGNITIV TERAPI®

STUDIEPLAN

Veilederutdanning i kognitiv terapi

Innledning

Mål for utdanningen

Deltakerne skal tilegne seg teoretisk og praktisk kompetanse i veiledning slik at de kan bistå kandidatene i deres utvikling som kognitiv terapeut.

For å bli en kompetent kognitiv terapeut må man tilegne seg teoretisk kunnskap og praktisk kompetanse innenfor fem kompetanseområder: generelle terapeutiske ferdigheter, grunnleggende ferdigheter i kognitiv terapi, spesifikke ferdigheter i kognitiv terapi, problemspesifikke intervensjoner og metakompetanse. Se detaljert beskrivelse av kompetanseområdene (lenke). Veiledning i kognitiv terapi har som formål å bistå kandidaten i å tilegne seg ferdigheter på alle disse fem områdene.

Veiledning er en sentral del av NFKTs utdanninger. Fullført veilederutdanning kvalifiserer til å være veileder i disse utdanningsprogrammene. Etter avsluttet utdanning er det ønskelig at kandidaten stiller seg disposisjon for kursleder- og veiledningsoppdrag for NIKT.

Målgruppe

Utdanningen er for leger, psykologer, sykepleiere og andre med helse- og sosialfaglig bachelorutdanning med relevant erfaring og praksis.

Opptakskrav

Søkere til utdanningen må ha gjennomført videreutdanning (innføringsseminar) i regi av NIKT (eller dokumentert ekvivalent utdanning som er godkjent av NIKT). Kandidaten må ha dokumentert solid klinisk erfaring med kognitiv terapi. Tidligere erfaring med veiledning og undervisning blir vektlagt. Det er en forutsetning for opptak at kandidater er i en arbeidssituasjon der det er aktuelt å påta seg veiledningsoppgaver.

Innhold

Videreutdanningen omfatter 112 timer og strekker seg over fire semestre, i alt 7 samlinger á 2 dager.

Formelle aspekter som veiledningskontekst, -ramme, -kontrakt og lovmessige forhold

- Etiske problemstillinger og dilemmaer
- Utforming av veiledningsrelasjonen
- Regelmessig evaluering av veiledning
- Strukturering av veiledningen
- Veileders stil
- Forskning på veiledning
- Pedagogiske metoder og teknikker

- Tilbakemelding på utøvelse av kognitiv terapi
- Veiledning i gruppe

Undervisningen på veilederutdanningen veksler mellom forelesninger, diskusjoner, demonstrasjoner og praktiske øvelser.

Kollegaveiledning

Kollegaveiledningen foregår to og to. Hensikten er å ha en å drøfte med gjennom hele utdanningen, og skal blant annen inneholde tilbakemelding på videoopptak av egen veiledning. I løpet av utdanningsperioden skal man ha i alt 20 (5 pr semester) veiledningsøkter à 50 minutter med en annen deltaker på utdanningen. Kollegaveiledningen skal inneholde tilbakemelding på videoopptak av egen veiledning. Kollegaveiledningen kan foregå digitalt eller fysisk, og skal dokumenteres i form av en enkel loggføring (pdf)

Godkjenning

Godkjent kursbevis fra NFKT forutsetter minst 90 % deltakelse på undervisning, samt 20 kollegaveiledninger à 50 minutter, derav tilbakemelding på ett videoopptak av veiledning. Alle arbeidskrav må være gjennomført og godkjent.

Profesjoners godkjenning av NFKTs veilederutdanning

Den norske legeforening – Etter fullført veilederutdanning kan spesialister i psykiatri søke om godkjenning (lenke) som psykoterapiveiledere til tredje årets valgfrie veiledning for leger i utdanning.

NIFKTs veilederutdanning er en godkjent veilederutdanning av Norsk psykologforening.

Pris

Kursavgiften er kr 7 500,- per semester, totalt kr 30 000,-. Utdanningen støttes av Helsedirektoratet. Kursavgiften indeksreguleres 1. januar.

Utdanningsprogram

Samling 1

- Egne erfaringer med veiledning: Gylne øyeblikk og ubehagelige situasjoner/opplevelser
- Overordnete mål for veiledning
- Oppgaver i veiledning
- Struktur i kognitiv terapiveiledning
- Relasjon og arbeidsallianse
- Veilederferdigheter og antagelser hos veileder
- Veilederstiler
- Pedagogiske metoder og teknikker i veiledning
- Etiske dilemma i veiledning
- Forskning: Effekten av veiledning. Relasjon mellom veileder og kandidat

Samling 2

- Kompetanse i kognitiv terapi: Kvalitet og etterlevelse av behandlingsprinsipper og –teknikker
- "Cognitive Therapy Adherence and Competence Scale" (CTACS) i veiledning. Praktisk øvelse i å vurdere kompetanse med utgangspunkt i demonstrasjoner av kognitiv terapi
- Om å gi og motta tilbakemeldinger omkring utøvelse av kognitiv terapi
- Praktisk trening i å gi tilbakemelding på 1.) utøvelse av kognitiv terapi og 2.) veiledning
- Parallelle prosesser i terapi og veiledning
- Veiledningskontrakt

Samling 3

- Utvikling som kognitiv terapeut: Deklarativ-, prosedural- og refleksjonskompetanse
- Praktisk øvelse i terapeutisk selvrefleksjon
- Veiledning i grupper
- Praktisk trening i å gi tilbakemelding på 1.) utøvelse av kognitiv terapi og 2.) veiledning

Samling 4

- Arbeidsalliansen i kognitiv terapi
    - Følelsesmessige aspekter ved den terapeutiske relasjonen
    - Veiledning i bruk av sokratisk dialog og kommunikasjonsferdigheter.

- Praktisk trening i å gi tilbakemelding på 1.) utøvelse av kognitiv terapi og 2.) veiledning

Samling 5

- Kasusformuleringer
- ***Øvelser som kan brukes i undervisning*** (lenke)
- Praktisk trening i å gi tilbakemelding på 1.) utøvelse av kognitiv terapi og 2.) veiledning

Samling 6

- Undervisning i kognitiv terapi

Samling 7

- NFKTs ferdighetstrening – prinsipper og praktiske fremgangsmåter
- Selvivaretakelse som veileder og terapeut
- Tilbakemelding, evaluering og avslutning

Pensumliste

Bates, S. (2013). *Handledning ur et KBT perspektiv*. Stockholm: Natur og Kultur. Corrie, S. & Lane D.A. (2015). CBT supervision. London: Sage.

Milne, D. (2009). *Evidence based clinical supervision: Principles and practice*. Chichester: BPS Blackwell. Kapittel 1–6.

Bennett-Levy J. (2006). Therapist skills: A cognitive model of their acquisition and refinement. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 34, 57–78.

Bennett-Levy, J., McManus, F., Westling, B.E. & Fennell, M. (2009). Acquiring and refining CBT skills and competencies: Which training methods are perceived to be most effective? *Behavioural and Cognitive Psychotherapy,* 37, 571–583.

Freeston, M. & Armstrong, P. (2006). Conceptualizing and formulating cognitive therapy supervision. I: N. Tarrier (Red.), *Case formulation in cognitive behaviour therapy. The treatment of challenging and complex cases.* Kapittel 16. London: Routledge.

Liese, B.S. & Beck, J.S. (1997). Cognitive therapy supervision. I: C. E. Watkins (Red.), *Handbook of psychotherapy supervision* (s. 114–133). New York: John Wiley & Sons.

Nordahl, H. M. (2006). Vurdering av etterlevelse og kompetanse i kognitiv terapi. *Tidsskrift for Kognitiv Terapi*, 7, 6–11.

Nordahl, H.M., Nysæter, T.E. & Mikkelsen, B. (2006). Cognitive Therapy Adherence and Competence Scale – Norsk versjon. *Tidsskrift for Kognitiv Terapi*, 7 (3), 14–29.

Padesky, C.A. (1996). Developing cognitive therapist competency: Teaching and supervision models. I: P.M. Salkovskis (Red.), *Frontiers of cognitive therapy* (s. 262–292). New York: Guilford Press.