

Veilederutdanningen i kognitiv atferdsterapi 2026 (CBT-Supervisor)

Norsk forening for kognitiv atferdsterapi (NFKT) i samarbeid med Hans M Nordahl og Ivar Elvik arrangerer veilederutdanning i kognitiv atferdsterapi 2026-2027. Samlingene består av 7 workshops og egen aktivitet i form av ferdighetstrening og kollega veiledning.

For å utdanne seg i kognitiv atferdsterapi kreves det at man tilegner seg teoretisk kunnskap og praktisk kompetanse innenfor fem kompetanseområder: generelle terapeutiske ferdigheter, grunnleggende og spesifikke ferdigheter i kognitiv terapi, problemspesifikke intervensjoner og meta-kompetanse. Veilederutdanningen i kognitiv atferdsterapi har fokus på veileders rolle, når det gjelder å bidra til veilederens utvikling på de [fem kompetanseområdene](#).

Etter fullført videreutdanning

Deltakerne skal ha tilegnet seg teoretisk og praktisk kompetanse i veiledning slik at de kan veilede kandidater som er under opplæring i kognitiv atferdsterapi. Det er ønskelig at kandidaten stiller seg disposisjon for kursleder- og veiledningsoppdrag ved NFKTs utdanningsprogrammer.

Utdanningens innhold

Innholdet i utdanningen kan oppsummeres slik:

- Forskning og evidens for veiledning.
- Formelle aspekter som veiledningskontekst: Rammer, kontrakt og lovmessige forhold.
- Veiledningsrelasjonen og evaluering av veiledning.
- Kommunikasjonstrening: om å gi og motta tilbakemelding på utøvelse av kognitiv atferdsterapi.
- Etske problemstillinger og dilemma i utøvelse av kognitiv atferdsterapi og veiledning
- Veiledningsstruktur og veilederstil.

- Metoder og teknikker som er nyttige i veiledning.
- Veiledning i gruppeformat.

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

Kollegaveiledning

Kollegaveiledningen er en viktig del av opplæringen. I løpet av utdanningsperioden skal man ha i alt inntil 20 veiledningsøkter med en annen deltaker på utdanningen. Kollegaveiledningen er viktig å benytte seg av som hjelp til faglig og personlig vekst. Man kan møtes direkte hvis reiseavstander tillater, eller det kan foregå på Teams eller telefon. Kollegaveiledningen skal dokumenteres i form av en enkel loggføring.

Omfang og sertifisering

Veilederutdanningen består av ca. 110 timer seminar og undervisning fordelt over 7 samlinger. Det forventes høy egeninnsats og at alle tar ansvar for egen læring.

Etter fullført veilederutdanning kan spesialister i psykiatri søke om godkjenning som psykoterapiveiledere til tredje årets valgfrie veiledning for leger i utdanning.

NIKTs veilederutdanning er en godkjent veilederutdanning av Norsk psykologforening.

Canvas

NFKT nytter Canvas som læringsplattform. Her får deltaker tilgang til informasjon og forelesningsnotat.

PROGRAM

Merk: Alle samlinger er fra kl. 10.00- 17.00 på første dag- og fra 09.00-16.00 på andre dag.

Lunsj er alltid mellom kl. 12-13.

Samlingene 1-6 vil være på NFKT sine lokaler i Oslo; Torggata 10, 0181. Tlf. kontakt dit: 99618308.

Samling 7 arrangeres i Trondheim.

1. samling

Innledere: Hans M Nordahl og Ivar Elvik

Dato: 28.-29. mai 2026

Innhold: Selv-presentasjoner, plan for utdanningen, veiledningens mål og fokus, effekt av veiledning, intervensjoner i veiledning, øvelser. Intro av buddy og kollega veiledning.

2. samling

Innledere: Hans M Nordahl og Ivar Elvik

Dato: 22.-23. september 2026

Innhold: Veiledning og terapi- parallelle prosesser. Vurdering av kompetanse og etterlevelse, Bruk av CTACS, veiledning på veiledning I (rollespill), Øvelser og video.

3. samling

Innledere: Hans M Nordahl og Ivar Elvik

Dato: 2.-3. desember 2026

Innhold: Kasusformulering, kognitiv terapi teknikker, øvelser i kliniske ferdigheter.

Veiledning på veiledning II (rollespill). Vurderinger av terapeutens kompetanse.

4. samling

Innledere: Hans M Nordahl og Ivar Elvik

Dato: 22.-23. februar 2027

Innhold: Metaperspektivet i veiledning, Kognitiv gruppe veiledning, Veiledning på veiledning III (rollespill), Om å utvikle deg som veileder. Øvelser.

5. samling

Innledere: Hans M Nordahl og Ivar Elvik

Dato: 20.-21. mai 2027

Innhold: Sokratisk utspørring og kasusformulering. Etiske dilemma i veiledning. Veiledning av veiledning IV (rollespill). Øvelser

6. samling

Innledere: Hans M Nordahl og Ivar Elvik

Dato: 16.-17. september 2027

Innhold: Muntlig formidling, undervisningsteknikk, gjennomføring av kurs for NFKT, Øvelser på muntlig presentasjon og undervisning.

7. samling

Innledere: Hans M Nordahl og Ivar Elvik

Dato: 24.-25. november 2027

Sted: Trondheim

Innhold: Sentrale ferdigheter i CBT-S. Overlevelsestrategier for veiledere. Oppsummering
Avslutning.

Litteratur

Se vedlagte liste over kurslitteratur. En del av artiklene og materiell til kurset vil bli lagt i Canvas (NFKTs læringsplattform) og kan lastes ned derfra.

Kursavgift, overnatting, lunsj mv

Kursavgiften vil bli fakturert av NFKT. Deltageren må selv bestille overnatting samt dekke sine reise-/hotellutgifter. Alternativt kan man benytte seg av reisebyråer tilknyttet egen arbeidsplass/bosted. Lunsj og kaffe/te inngår i kursavgiften.

Oppmøte og deltagelse

Godkjent deltagelse forutsetter at alle har en tilstedeværelse som tilsvarer min 90%. Med fravær utover dette må kandidat kontakte kurslederne.

Innleveringsoppgave og video

Som del av kravet for godkjenning skal alle skrive en rapport på mellom 3-10 sider om utdanningens innhold og egen læring i utdanningen. På den 6. samlingen skal dere få en mal for denne rapporten. I tillegg skal kandidaten levere inn video opptak av veiledning av en terapeut.

Disse skal vurderes av deres buddy (kollega) og veiledningsloggen med kommentarer skal innleveres til kurslederen. Nærmere informasjon vil bli gitt om dette.

Kursledelse & sekretær

Professor Hans M Nordahl, Institutt for Psykisk Helse, NTNU (hans.nordahl@ntnu.no)

Psykologspesialist Ivar Elvik (ivarelvik@gmail.com)

Kurssekretariat: Lene Finnerud, NFKT, Tlf: 90543754 (9-15) e-post: post@kognitiv.no

Praktiske opplysninger:

Vi tar forbehold om at det kan bli enkelte endringer i programmets innhold og datoer. Ta med alt materiale dere får utdelt eller som ligger i Canvas til samlingene. Dette er nyttig fordi samlingene bygger på hverandre og de foregående tema er derfor nyttige å ta med inn i de neste samlingene.

Vi ønsker vel møtt til veilederutdanningen 2026.

Hans M Nordahl

Ivar Elvik

Anbefalte bøker:

Corrie, S. & Lane D.A. (2015). CBT supervision. London: Sage.

Bennett-Levy, J., Thwaites, R., Haarhoff, B., & Perry, H. (2014). *Experiencing CBT from the inside out: A self-practice/self-reflection workbook for therapists*. Guilford Publications.

Martinsen, K., & Fredriksen, A. (2024). *Veiledning i kognitiv atferdsterapi: Innføring i teori og praksis for veiledere*. Gyldendal Akademisk. ISBN: 9788205591967

Anbefalte artikler

Kennerly, H., & Clohessy, S. (2009). Becoming a supervisor. Chapter 16.

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.

Liese, B.S., & Beck, J.S. (1997). Cognitive therapy supervision. In Watkins, C.E. (Ed.), *Handbook of psychotherapy supervision*. (pp. 114-133). New York: John Wiley & Sons.

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

Sholomskas, D. E., Syracuse-Siewert, G., Rounsaville, B. J., Ball, S. A., Nuro, K. F., & Carroll, K. M. (2005). We don't train in vain: a dissemination trial of three strategies of training clinicians in cognitive-behavioral therapy. *JCCP*, 73(1), 106-115.

Greenwald, M. & Young, J. (1998). Schema-focus therapy: An integrated approach to psychotherapy supervision. *Journal of Cognitive Psychotherapy*. 12, 109-126.

Hoffart, A. & Nordahl, H. M. (2001). Kvalitetssikring av kognitiv terapi: En modell for veiledning. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 38, 707-716.

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 (1993). Socratic questioning; changing minds or guiding discovery. www.padesky.com