



VIDEREUTDANNING I KOGNITIV TERAPI for leger og psykologer Molde 2027 - 2028

Utdanningens innhold og omfang er beskrevet i studieplanen.

Norsk Forening for Kognitiv Terapi (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 terapi

Kognitiv terapi, som også kalles kognitiv atferdsterapi, har en bred orientering som inkluderer elementer fra flere andre terapiformer, og har form av individual-, familie-, gruppe- eller miljøterapi.

Kjernen i kognitiv terapi 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 terapi 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 terapi kan anvendes i hele behandlingsskjeden – døgnavdeling, dagbehandling, poliklinisk oppfølging, ambulant, oppsøkende virksomhet og allmennhelsetjenester.

Videreutdanning i kognitiv terapi for leger og psykologer

Deltakere av denne utdanningen vil tilegne seg teoretisk kompetanse og praktiske ferdigheter i kognitiv terapi rettet mot behandlingsoppgaver i spesialisthelsetjenesten.

Sentrale elementer i denne utdanningen:

- Innføring i grunnelementer i kognitiv terapi
- Kognitiv terapi ved depresjon
- Kognitiv terapi ved angstlidelser; panikklidelse, agorafobi og spesifikk fobi
- Kognitiv terapi ved angstlidelse; sosial angstlidelse
- Kognitiv terapi ved personlighetsmessig forankrede problemer
- Kognitiv terapi ved PTSD
- Kognitiv terapi ved psykose
- Kognitiv terapi ved rusmiddelproblemer
- Kognitiv terapi ved generalisert angstlidelse (GAD)
- Kognitiv terapi ved psykose

- Kognitiv terapi ved sinne/vold
- Kognitiv terapi ved insomni

Målgruppe

Videreutdanningen er rettet mot leger og psykologer som jobber klinisk.

Psykologforeningen godkjenner utdanningen som vedlikeholdskurs for spesialister og legeföreningen godkjenner utdanningen som vedlikeholdskurs/pesialisering. Se nettside 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 terapisaamtaler som ledd i veiledning. Etter endt undervisning og veiledning gjennomfører kursdeltakerne en avsluttende skriftlig eksamen.

Program

1. Samling

Kurssted: Knausen DPS

10. – 12. mars 2027 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Innføring i grunnleggende kognitiv terapi v/ Hagen og Maridal

Dag 3: Ferdighetstrening

2. Samling

Kurssted: Knausen DPS

5. - 7. mai 2027 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved depresjon v/ Hagen og Maridal

Dag 3: Ferdighetstrening

3. samling

Kurssted: Knausen DPS

8. – 10. september 2027 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved panikklidelse, agorafobi og spesifikk fobi v/ Hagen og Maridal

Dag 3: Ferdighetstrening

4. samling

27. – 29. oktober 2027 kl. 09.00-16.00

Kurssted: Knausen DPS

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved sosial angstlidelse v/ Hagen og Maridal

Dag 3: Ferdighetstrening

5. samling Kurssted: Knausen DPS

8.-10. desember 2027 kl. 09.00 – 16.00

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

Dag 3: Ferdighetstrening

Øvrige samlinger med forelesere og nøyaktige datoer kommer senere. Tentativt:

6. samling

Kurssted: Knausen DPS

12-14 januar 2028 kl. 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved personlighetsmessig forankrede problemer m/ferdighetstrening

Dag 3: Ferdighetstrening

7. samling

Kurssted: Knausen DPS

8. – 10. mars 2028 kl. 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved Rusmiddelproblemer

Dag 3: Ferdighetstrening

8. samling

Kurssted: Knausen DPS

7. – 8. September 2028 kl. 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved generalisert angstlidelse v/ Hagen og Maridal

9. samling

Kurssted: Knausen DPS

26.-27. oktober 2028 kl. 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved Psykose

10. samling

Kurssted: Knausen DPS

19. - 20. januar 2029 kl. 09.00-16.00

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

11. samling

Kurssted: Knausen DPS

Våren 2029 tentativt 16-17 mars 2029

Dag 1 og 2: **Kognitiv atferdsterapi ved insomni**

Eksamen våren 2029: Dato kommer kl. 10-13 (hjemmeeksamen)

Praktiske forhold

Kaffe/te serveres, lunsj kan kjøpes i kantinen. Med forbehold om endringer i programmet.

Kontaktadresser og fakturering

Kursleder Hans Kristian Maridal og Kristen Hagen, epost: hans.kristian.maridal@helse-mr.no ,
kristen.hagen@helse-mr.no

For praktiske spørsmål: kristin@kognitiv.no

Kursavgift faktureres pr semester av NFKT/indeksreguleres 1. januar. Veiledningsutgifter, inkl videovurdering kommer i tillegg. For oppdaterte priser, se [nettsiden](#).