



Fylkesmannen i Agder



Fylkesmannen i Oslo og Viken



Fylkesmannen i Vestfold og Telemark



# KURS OG SEMINARER

## Introduksjonskurs i kognitiv atferdsterapi

29. - 30. august 2019

Scandic Ambassadeur Drammen

ROP-retningslinjen forventer at kommunene skal ha kompetanse i kognitiv atferdsterapi. Dette er et introduksjonskurs som kan være aktuelt for både kommunehelsetjenesten og spesialisthelsetjenesten. Kurset gir en innføring i kognitiv terapi: Prinsipper, begrep og arbeidsmåter. Undervisningen vil veksle mellom forelesninger, demonstrasjoner og praktiske øvelser.

### Kursholder:

Peter Prescott, klinisk psykolog og universitetslektor ved Universitetet i Bergen

### Målgruppe:

Ansatte i kommunen som arbeider med psykisk helse og rusproblematikk, samt ansatte i spesialisthelsetjenesten som har behov for et introduksjonskurs i kognitiv atferdsterapi

### Egenandel:

Seminarer er gratis, inklusiv lunsj to dager. Overnatting og middag koster kr 1 250,- og dekkes av den enkelte, se lenke for påmelding. Overnattingsbehov må meldes i forbindelse med påmelding.

### PÅMELDINGSFRIST: 28. juni

Påmelding: <https://www.korus-sor.no/kurs-og-programmer>

**Kontakt vedr. kursets innhold:** Rus og psykisk helserådgiver hos den respektive Fylkesmann

**Kontakt vedr. påmelding og praktiske forhold:** [hanne.kvammen@borgestadklinikken.no](mailto:hanne.kvammen@borgestadklinikken.no)

**Vi forbeholder oss retten til å fordele plasser med bakgrunn i et ønske om geografisk spredning i regionen. Du vil få beskjed om du har fått plass på kurset innen 2. juli**

Påmeldte deltakere som trekker seg etter den 23. august belastes faktiske kostnader

## Introduksjonskurs i kognitiv atferdsterapi

### Program:

#### Torsdag 29. august:

0900 – 0930: Registrering

0930 – 1630: Faglig program

Den kognitive modell

Automatiske tanker

Sammenhengen mellom tanker og følelser/atferd

Evaluering av tanker

Alternative tanker

**Innlagte pauser i programmet etter behov**

1230-1330: Lunsj

1900: Middag for de som overnatter

#### Fredag 30. august:

0830 - 1530: Faglig program

Tankefeller

ABCDE – skjema

Atferdsaktivering

Modell for tilbakefall til rusmiddelbruk

**Innlagte pauser i programmet etter behov**

1130-1230: Lunsj

1530: Avslutning og avreise