



KURS OG SEMINARER

Introduksjonskurs i kognitiv atferdsterapi

8. – 9. desember 2020

Thon Hotel Arendal

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 koster kr 1 250,- og dekkes av den enkelte, se lenke for påmelding. Overnattingsbehov må meldes i forbindelse med påmelding.

PÅMELDINGSFRIST: 13. november

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@korus-sor.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 15. november.

Påmeldte deltakere som trekker seg etter den 1. desember belastes faktiske kostnader.

Introduksjonskurs i kognitiv atferdsterapi

Program:

Tirsdag 8. desember:

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

Onsdag 9. desember:

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