

MÅLBESKRIVNING – ETTÅRIG UTBILDNING I KOGNITIV BETEENDETERAPI (KBT)

DELMÅL

Historik - Behandlingsstruktur/Kognitiv analys

Blocket ska ge kunskap om historiken, grunderna och utvecklingen av KBT. Grundläggande förhållningssätt inom KBT belyses. Deltagaren ska få kunskap i hur behandlaren planerar och genomför sessionen och även hur en agenda administreras av behandlaren. Blocket ska ge kunskap om hur man gör en kognitiv analys.

Samtalsmetodik/MI

Blocket ska ge kunskap kring samtalsmetodik med det aktiva lyssnandet och den sokratiska frågemetoden. Deltagaren ska också få kunskap i motiverande samtal (MI).

Beteendeanalys - Tvång

Blocket ska ge kunskap om hur man gör en beteendeanalys. Blocket ska ge kunskap om diagnostik, problembeskrivning och behandling av tvångsproblem.

Specifik och social fobi - Depression

Deltagaren ska kunna definiera en fobi och klara av att särskilja fobin från stark rädsla. Blocket ska ge kunskap om depression.

Panikångest/GAD. Beteendeanalys med konsultation och sammanfattning

Deltagaren ska kunna känna igen GAD och panikångest utifrån diagnostik och problembeskrivning. Blocket ska ge fördjupade kunskaper inom beteendeanalys. Utrymme ska ges för konsultation kring egna fall och exempel. Sammanfattning halvtid.

ACT och DBT - Mindfulness

Deltagaren ska få kunskap om bemötande och lämpliga behandlingsalternativ. Blocket ska ge kunskap om Mindfulness, medveten närvaro, och kunna använda sig av MF som ett behandlingsverktyg.

Sorg och kris/PTSD - Missbruk och återfallsprevention

Deltagaren ska kunna identifiera, beskriva och möta människor som hamnat i kris eller i posttraumatisk stressyndrom. Blocket ska ge kunskap om missbruksproblem utifrån diagnostik och problembeskrivning. Deltagaren ska också få kunskap inom återfallsprevention.

Ätstörningar och kroppsuppfattningsproblematik - Asperger/ADHD

Deltagaren ska kunna känna igen ätstörningar och ha kunskap kring olika behandlingsmetoder för problemområdet. Deltagaren ska vara förtrogen med diagnostiska kriterier och symptom-beskrivningen för både AD/HD och Asperger. Deltagaren ska även ha fått bekanta sig med lämpliga behandlingsalternativ.

Beteendemedicin: stress och utmattning, smärta och sömn

Deltagaren ska kunna identifiera, beskriva och föreslå behandlingsmetoder för ovanstående problemområde.

Familj, relation, skola - Sammanfattning och avslutning.

Deltagaren ska kunna redogöra för hur kognitiva och beteendeinriktade interventioner kan användas inom arbetet med familjer och skola samt vid arbete med olika former av relationer.