

om kurset

KOGNITIV TERAPI

-med fokus på metode og praksis



Radisson Blu Royal Garden Hotel
Trondheim, 3. – 4. juni 2019

Informasjon;

Kognitiv terapi har via en rekke studier vist god effekt. Målet er ikke å tåle «farlig» eksponering, men å ufarliggjøre det via læring. Anvendelse av video-feedback er viktig. Vedkommende ser ved selvsyn at han/hun ikke fremstår så negativt som antatt. Pasienten får innblikk i egne negative tankespor. Vedkommende må dessuten trene på å fremføre noe med fremmede til stede, øve på å flytte fokus fra seg selv til andre, gjøre planlagte flauter samt registrere reaksjonen til andre.

Introduksjonskurset vil fokusere på grunnleggende elementer ved både kognitiv terapi og metode. Under disse to dagene lærer man seg hvordan man skal strukturere en kognitiv terapisesjon, hvordan man skal identifisere og modifisere negative automatiske tanker, samt få frem og forandre negative grunnleggende leveregler pasienten har om seg selv. Betydningen av hjemmeoppgaver i kognitiv terapi, kognitiv kasusformulering samt andre kognitive teknikker blir også gjennomgått. Kurset er lagt opp med forelesninger, praktiske gruppeoppgaver og videodemonstrasjoner slik at deltakerne får en fin blanding av teori og praksis. Vi anbefaler dette kurset for alle som ønsker en første innsikt i kognitiv terapi. Vi har kun gode referanser!

Program, elektronisk påmelding og mer informasjon finner du ved å [TRYKK HER](#). Påmeldingsfrist: **3. mai** Pris: kr. 3.425-

Utdrag fra programmet;

Mandag, 3. juni

- * En kognitiv tilnærming til psykiske lidelser
- * Egnethet til kognitiv terapi
- * Strukturering av terapisesjoner
- * Identifisering av automatiske tanker
- * Identifisering av grunnleggende leveregler
- * Identifisering av sekundære leveregler

Tirsdag, 4. juni

- * Kognitiv kasusformulering
- * Kognitive forvrengninger (tankefeil)
- * Kognitive og atferdsmessige terapeutiske teknikker

Om Roger Hagen;

Roger Hagen, som er kursholder og faglig ansvarlig for innholdet, er spesialist i klinisk voksenpsykologi og ansatt som professor ved Psykologisk Institutt, NTNU. Han har tidligere arbeidet ved akuttpost og poliklinikk for tidlig intervensjon ved psykoser ved STPS Østmarka. Er opptatt av kognitiv behandling ved ulike psykiske lidelser. Han har skrevet flere aktuelle lærebøker og har publisert både nasjonalt og internasjonalt omkring effekt og behandling ved kognitiv terapi.