

# KAG Psykoterapi (RHP) og Region Sjælland Grundkursus i Psykoterapi for læger og psy- kologer i Børne- og Ungdomspsykiatrien 2024

## Modul: Kognitiv adfærdsterapi

---

### Indhold

Dette kursus er en del af en samlet Grunduddannelse i Psykoterapi. Kurset giver deltagerne en generel introduktion til kognitiv adfærdsterapi.

### Modulet om kognitiv adfærdsterapi indeholder følgende:

- Generel introduktion til kognitiv adfærdsterapi
- Behandling af OCD og angst
- Behandling af depression
- DAT ved selvmordsadfærd, selvskade og affektreguleringsvanskeligheder
- Psykoekskludktion til forældre ift. adfærdregulering. Transdiagnostisk.

### Ramme

Kurset består af i alt fem workshops og er opbygget i henhold til Børne- og Ungdomspsykiatrisk Selskabs krav til den obligatoriske Grunduddannelse i Psykoterapi, som skal være afsluttet, inden man kan godkendes som speciallæge i Børne- og Ungdomspsykiatrien.

### Undervisningsdage:

- 23. september 2024
- 25. september 2024
- 30. september 2024
- 31. oktober 2024
- 21. november 2024.

## Undervisningsform

Afveksling mellem oplæg, dialog, casefremstilling og øvelser.

### Undervisere:

Psykolog Louise Anker Petersen

Psykolog Gitte Andersen

Professor og overlæge Anne Thorup

Socialrådgiver Sidsel Ingversen.

## Målgruppe

Læger og psykologer i Børne- og Ungdomspsykiatrien.

## Deltagerantal

Min. 12/maks. 24.

## Pris

Ansæt i RHP og Region Sjælland: 5400 kr.

## Krav om tilstedeværelse

Det forventes, at kursisterne deltager samtlige dage.

## Tilmelding

### **Tilmeldingsfrist: 23. august 2024**

Tilmeld dig, når du har accept fra din nærmeste leder/den uddannelsesansvarlige på din arbejdsplads.

- Tilmelding foregår via Kursusportalen: <https://kursusportalen.plan2learn.dk/>. Bemærk, at tilmeldingen er bindende.
- Ansatte i Region Sjælland/uden for RHP kan oprette sig som ekstern bruger med CPR-nr.

### **For yderligere spørgsmål kan henvendelse rettes til:**

Sofie Vilholt-Johannsen: [sofie.vilholt-johannsen@regionh.dk](mailto:sofie.vilholt-johannsen@regionh.dk)

## Kursusplan

Dato, tid og sted	Overskrift og indhold	Underviser
<b>Workshop 1</b> Dato: 23. september 2024 Tid: 08.30–15.30 Sted: Center for HR og Uddannelse Gentofte Hospitalsvej, indgang 10B, 2900 Hellerup. Lokale 205.	<b>Kognitiv adfærdsterapi, teori og metode</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kognitiv adfærdsteori generelt               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Den kognitive model: Skemaer, leveregler, negative automatiske tanker, forhold mellem tanker, følelser og handlinger</li> <li>○ Metode: Registrering, adfærdseksperimenter, kognitiv omstrukturering</li> </ul> </li> <li>• Kognitiv adfærdsterapi rettet mod børn og unge.</li> </ul>	Louise Anker Petersen
<b>Workshop 2</b> Dato: 25. september 2024 Tid: 08.30–15.30 Sted: Center for HR og Uddannelse Gentofte Hospitalsvej, indgang 10B, 2900 Hellerup. Lokale 205.	<b>Kognitiv terapi rettet mod OCD og angst</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Behandling af fobisk angst og GAD               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Forældreinvolvering</li> <li>○ Psykoedukation</li> <li>○ Målsætning SMART mål</li> <li>○ Belønningssystemer – vigtige principper.</li> </ul> </li> <li>• Kognitive teknikker               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Detektivtænkning – kognitive forvrængninger</li> <li>○ Adfærdsteknikker</li> <li>○ Eksponering og eksperimenter.</li> </ul> </li> <li>• Behandling af OCD               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Psykoedukation</li> <li>○ Vedligeholdere og caseformulering</li> <li>○ Tvangshandlinger – teknikker</li> <li>○ Tvangstanke – teknikker</li> <li>○ Tvangstanke i form af billeder – teknikker.</li> </ul> </li> <li>• Angstbehandling ved neuropsykiatrisk komorbiditet</li> <li>• Angstbehandling ved anden komorbiditet; depression, PTSD, psykose, spiseforstyrrelser.</li> </ul>	Louise Anker Petersen
<b>Workshop 3</b> Dato: 30. september 2024 Tid: 08.30–15.30 Sted: Center for HR og Uddannelse Gentofte Hospitalsvej, indgang 10B, 2900 Hellerup. Lokale 205.	<b>Kognitiv terapi ved depression hos børn og unge</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caseformulering, motivation og målsætning</li> <li>• Aktivitetsregistrering samt arbejde med genkendelse af egne følelser</li> <li>• Kognitivt arbejde, bl.a. bevidstgørelse af negativ automatisk tænkning</li> <li>• Aktivitetsplanlægning samt eksponering</li> <li>• Involvering af forældre</li> <li>• Tilbagefaldsforebyggelse.</li> </ul>	Louise Anker Petersen
<b>Workshop 4</b> Dato: 31. oktober 2024 Tid: 08.30–15.30	<b>DAT ved selvmordsadfærd, selvskade og affektreguleringsvanskeligheder</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dialektisk Adfærdsterapi: Metode og form</li> <li>• Indblik i behandlingsmodulerne</li> </ul>	Gitte Andersen

<p>Sted: Center for HR og Uddannelse Gentofte Hospitalsvej, indgang 10B, 2900 Hellerup. Lokale 205.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gennemgang af udvalgte færdigheder indenfor hvert modul</li> <li>• Konkrete øvelser.</li> </ul>	
<p><b>Workshop 5</b> Dato: 21. november 2024 Tid: 08.30–15.30 Sted: Center for HR og Uddannelse Gentofte Hospitalsvej, indgang 10B, 2900 Hellerup. Lokale 205.</p>	<p><b>Psykoedukative samtaler med forældre til børn med diagnoser</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Terapeut-positionering/læge-forældre-samarbejdet</li> <li>• Strategier, der kan bruges forskelligt i forskellige aldre</li> <li>• Forældrestøtte: Hvad er positivt forældreskab?</li> </ul>	<p>Anne Thorup og Sidsel Ingversen.</p>