

KAG Psykoterapi (RHP) og Region Sjælland Grundkursus i Psykoterapi for læger og psy- kologer i Børne- og Ungdomspsykiatrien 2025

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. adfærderegulering. 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:

- 12. september 2025
- 15. september 2025
- 19. september 2025
- 1. oktober 2025
- 12. november 2025.

Undervisningsform

Afveksling mellem oplæg, dialog, casefremstilling og øvelser.

Undervisere:

Specialpsykolog Anne Lydolff

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: 29. august 2025

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

Kursusplan

Dato, tid og sted	Overskrift og indhold	Underviser
Workshop 1 Dato: 12. september Tid: 08.30–15.30 Sted: Center for HR og Uddannelse Gentofte Hospitalsvej, indgang 10B, 2900 Hellerup. Lokale 208.	Kognitiv adfærdsterapi, teori og metode - Kognitiv adfærdsteori generelt - Den kognitive model: Skemaer, leveregler, negative automatiske tanker, forhold mellem tanker, følelser og handlinger - Metode: Registrering, adfærdseksperimenter, kognitiv omstrukturering - Kognitiv adfærdsterapi rettet mod børn og unge.	Anne Lydolf
Workshop 2 Dato: 15. september Tid: 08.30–15.30 Sted: Center for HR og Uddannelse Gentofte Hospitalsvej, indgang 10B, 2900 Hellerup. Lokale 208.	Kognitiv terapi rettet mod OCD og angst - Behandling af fobisk angst og GAD - Forældreinvolvering - Psykoedukation - Målsætning SMART mål - Belønningssystemer – vigtige principper. - Kognitive teknikker - Detektivtænkning – kognitive forvrængninger - Adfærdsteknikker - Eksponering og eksperimenter. - Behandling af OCD - Psykoedukation - Vedligeholdere og caseformulering - Tvangshandlinger – teknikker - Tvangstanke – teknikker - Tvangstanke i form af billeder – teknikker. - Angstbehandling ved neuropsykiatrisk komorbiditet - Angstbehandling ved anden komorbiditet; depression, PTSD, psykose, spiseforstyrrelser.	Anne Lydolf
Workshop 3 Dato: 19. september Tid: 08.30–15.30 Sted: Center for HR og Uddannelse Gentofte Hospitalsvej, indgang 10B, 2900 Hellerup. Lokale 208.	Kognitiv terapi ved depression hos børn og unge - Caseformulering, motivation og målsætning - Aktivitetsregistrering samt arbejde med genkendelse af egne følelser - Kognitivt arbejde, bl.a. bevidstgørelse af negativ automatisk tænkning - Aktivitetsplanlægning samt eksponering - Involvering af forældre - Tilbagefaldsforebyggelse.	Anne Lydolf
Workshop 4 Dato: 1. oktober Tid: 08.30–15.30 Sted: Center for HR og Uddannelse Gentofte	DAT ved selvmordsadfærd, selvskade og affektreguleringsvanskeligheder - Dialektisk Adfærdsterapi: Metode og form - Indblik i behandlingsmodulerne	Gitte Andersen

Hospitalsvej, indgang 10B, 2900 Hellerup. Lokale 208.	• Gennemgang af udvalgte færdigheder indenfor hvert modul • Konkrete øvelser.	
Workshop 5 Dato: 12. november Tid: 08.30–15.30 Sted: Center for HR og Uddannelse Gentofte Hospitalsvej, indgang 10B, 2900 Hellerup. Lokale 201.	Psykoedukative samtaler med forældre til børn med diagnoser • Terapeut-positionering/læge-forældre-samarbejdet • Strategier, der kan bruges forskelligt i forskellige aldre • Forældre støtte: Hvad er positivt forældreskab?	Anne Thorup og Sidsel Ingversen.