

KOGNITIIV-KÄITUMISTERAAPIA PÕHIKURSUS

Eesti Kognitiivse ja Käitumisteraapia Assotsiatsioon korraldab järjekordse kognitiiv-käitumisteraapia põhikursuse 2015. kuni 2017. aastal nii Tallinnas kui Tartus. Kursus on akrediteeritud Eesti Kognitiivse Käitumisteraapia Kooli (koolitusluba nr 5385HTM) täiendkoolitusena.

Sisu: Põhikursuse sisuks on kognitiiv-käitumisterapeudi erialateadmiste ja kutseoskuste arendamine. Kursus õpetab normaalse ja häirunud käitumise kognitiivseid ning käitumuslikke teooriaid, annab oskuse neid teooriaid kriitiliselt analüüsida ning rakendada konkreetse patsiendi probleemide seletamiseks ja kõrvaldamiseks. Õpitakse kognitiivseid ja käitumuslikke tehnikaid eesmärgiga osata vastavalt kliendi probleemide kontseptualiseeringule valida sobivaid sekkumisi, neid konkreetse patsiendi vajadustele kohandada ning patsienti ennast neid rakendama suunata. Treenitakse KKT oskusi. Omandatud teoreetilisi ja tehnilisi teadmisi rakendatakse tegelikus töös patsientidega. Kursus on teoreetilis-praktiline, loob eeldused praktiseerimiseks juhendamise all, andes praktikaks vajalikud teadmised ja oskused.

Kursuse kuraatorid: Kirsti Akkermann (Tartus) ja Pille-Riin Kaare (Tallinnas)

Kursusel õpetavad: Kirsti Akkermann, Anu Aluoja, Katri-Evelin Kalas, Kaia Kastepõld-Tõrs, Elen Kihl, Maie Kreegipuu, Kersti Luuk, Helen Margus, Ann-Liis Ojaots, Triinu Niiberg-Pikksööt, Signe Noppel, Pille-Riin Kaare, Marika Paaver, Peeter Pruul, Margit Tamm

Korraldus: Õppetöö kestab kaks aastat, kahepäevased õppesessioonid toimuvad kord kuus (kümme õppesessiooni aastas) reedel ja laupäeval. Õppesessioonide vahepeal tehakse kokkulepitud kodutööd: töötatakse iseseisvalt kirjandusega, harjutatakse tehnikaid, juhtumite kontseptualiseerimist ja tööd patsientidega juhendamise all. Alates teisest õppeaastast toimuvad regulaarsed grupisupervisioonid. Iga semestri ajakava kuulutatakse välja semestri algul. Kursus lõpeb eksamiga, mis koosneb kirjalikust ja suulisest osast. Eksamile pääsemise eelduseks on kursuse läbimine, kõigi praktiliste ülesannete aruannete esitamine ning lõputöö, mis sisaldab kirjaliku juhtumianalüüsi ja lindistatud raviseansi. Kursuse edukalt lõpetanutele antakse tunnistus kursuse läbimise kohta. Nimetatud tunnistus annab õiguse astuda Eesti Kognitiivse ja Käitumisteraapia Assotsiatsiooni liikmeks ning jätkata oma haridust Eesti Kognitiivse Käitumisteraapia Kooli (koolitusluba nr 5385HTM) täiendkoolituses ja tööjuhendamisgruppides.

Kursusele vastuvõtu eeldused:

- akadeemiline kõrgharidus arstiteaduses või psühholoogias (viimasel juhul läbitud magistriõpe; erandkorras võetakse vastu need, kes käesolevalt õpivad magistriõppes);
- lõpetatud (erandkorras lõpetamisel) alusmoodul- kognitiiv-käitumisteraapia algkursus ja selle lõpus sooritatud eksam.

Vastuvõtukomisjonile ei edastata nende avaldusi, kellel on eeldused täitmata.

Vastuvõtu protseduur:

- kodutöö - kognitiiv- käitumisteraapia alase artikli lugemine ja sellel põhineva 1-2 leheküljelise essee koostamine (artikkel, mille põhjal essee koostatakse, saadetakse vastuvõtukatsetele registreerimisel);
- suuline vastuvõtuintervjuu.

Kursuse õppemaks on 700 eurot semestris (kokku neli semestrit), mis sisaldab lisaks õppesessioonidele ka õppematerjale, grupisupervisioone, eksamitasu. 2015-2016 õppeaasta sügissemestri õppemaks tuleb tasuda hiljemalt 20. augustiks 2015.

Vastuvõtukatsetele registreerumine toimub kuni 31. märtsini 2015 aadressil

pilleriin.kaare@kaarepruul.ee. Registreerimisel tuleb esitada oma sooviavaldus, CV ja tunnistus KKT algkursuse läbimise ja eksami sooritamise kohta. Sooviavalduses palume märkida, kas soovite õppida Tartus või Tallinnas. Vastuvõtukatsete tasu, 25 eurot palume tasuda EKKA Kognitiivse Käitumisteraapia Kooli arveldusarvele EE372200221020741283 / Swedbank, selgitusse märkida oma nimi.

Essee tuleb esitada hiljemalt 27.aprilliks aadressil pilleriin.kaare@kaarepruul.ee

Vastuvõtuintervjuud viiakse läbi 8.mail Tartus (TÜ Psühholoogia instituut, Näituse 2) ning seejärel komplekteeritakse 2 õppegruppi. Õppegrupi suuruseks on 16 inimest. Valituks osutunud kandidaatidele antakse teada hiljemalt mai lõpuks. Õppetöö algab septembris 2015.

Käsitletavad teemad:*

1. Kognitiiv-käitumuslik lähenemine normaalsele ja häiretega käitumisele
2. Kognitiiv-käitumuslik algintervjuu ja patsiendi KKT-sse sobivuse üle otsustamine
3. Kognitiiv-käitumusliku teraapia struktuur ja formaat
4. Automaatmõtete ja emotsioonide sedastamine ning nende vahelise seose leidmine
5. Põhiuskumuste sedastamine ja hindamine, juhtumi kontseptualiseerimine
6. Automaatmõtete, emotsioonide ja põhiuskumuste modifitseerimine
7. Kujutlustehnikate kasutamine KKT-s
8. Kodutöö roll ja kasutamine KKT-s
9. KKT protsessi lõpetamine ja tagasilanguste ennetamine
10. KKT klassikud ja uuendajad, nende teoreetilised seisukohad ja praktiline töö
11. Metakognitiivne teraapia
12. Probleemilahendustehnikad
13. Enesekehtestamistreening
14. Terapeutiline suhe KKT-s
16. Depressiooni kognitiiv-käitumuslik kontseptualiseerimine ja ravi
17. Ärevushäirete KKT
18. Sõltuvushäirete KKT
19. Isiksushäirete KKT
20. Söömishäirete KKT
21. Posttraumaatilise stressihäire KKT
22. Madala enesehinnangu KKT
23. Rasked küsimused KKT-s: vägivald, suitsiid, objektiivselt rasked olukorrad
24. Kognitiiv-käitumisterapeudi areng

* Üksikutes teemades võib tulla ette muudatusi olenevalt KKT arengutest ning kokkutuleva õppegrupi osalejate huvidest