

KOGNITIIV-KÄITUMISTERAAPIA ALGKOOLITUS

Korraldaja: Eesti Kognitiivse ja Käitumisteraapia Assotsiatsioon

Sihtrühm: psühholoogid, psühhiaatrid, perearstid, meditsiiniõed ja nimetatud erialade residendid ja üliõpilased.

Toimumise koht ja aeg: Õppetöö toimub Tallinnas septembrist novembrini 2021 kaks korda kuus kahepäevaste õppesessioonidena kell 10.00 -17.30 järgnevatel kuupäevadel: **16. - 17.09, 30.09. - 01.10, 14. - 15.10, 28. - 29.10.2021.** Koolituse toimumise täpse aadressi teatame hiljem.

Kursuse lühikirjeldus: Kursus annab ülevaate kognitiiv-käitumisteraapia teoreetilistest alustest, tehnikatest ja nende kasutamisevõimalustest erinevate psüühika- ja käitumishäirete ravis. Kursus on esimeseks astmeks neile, kes soovivad jätkata oma õpinguid kognitiiv-käitumisteraapia kaheaastasel põhikoolitusel. Kursus lõpeb eksamiga.

Kursuse kogumaht on 6 EAP, millest 64 tundi (8 õppepäeva) on vahetu õppetöö.

Vastutavad õppejõud: Margit Tamm ja Elen Kihl

Kursuse tasu: Kogu kursuse hind (loengud, õppematerjalid, kohvipausid) ühele osalejale on 600 eurot, üliõpilastele 545 eurot.

Registreerimine kuni 30. augustini 2021 järgneval lingil:

<https://docs.google.com/forms/d/1X-1F1xbsVqN3EHOUbaP6nLkvXTJY3XZb5Foz8SqDSOA/edit>

Täpsem info aadressil: info@ekka.ee või margit@sensus.ee

AJAKAVA

N, 16. september

10.00 - 11.30 Käitumisteraapia teoreetilised alused ja peamised tehnikad *Thea Marran*

11.45 -13.15 Kognitiivteraapia teoreetilised alused ja peamised tehnikad *Thea Marran*

13.15 - 14.15 LÕUNA

14.15 - 15.45 Enesejuhendamisteraapiad *Thea Marran*

16.00 - 17.30 Probleemilahendusteraapia *Thea Marran*

R, 17. september

10.00 - 11.30 Kognitiiv-käitumisteraapia protsess *Elen Kihl*

11.45 - 13.15 Juhtumi kontseptualiseerimine *Elen Kihl*

13.15 - 14.15 LÕUNA

14.15 - 15.45 Paanikahäire kognitiiv-käitumisteraapia *Ann-Liis Ojaots*

16.00 - 17.30 Terviseärevuse kognitiiv-käitumisteraapia *Ann-Liis Ojaots*

N, 30. september

- 10.00 - 11.30 Sotsiaalfobia kognitiiv-käitumisteraapia protsess *Margit Tamm*
11.45 - 13.15 Üldistunud ärevushäire kognitiiv-käitumisteraapia *Helen Margus*
13.15 - 14.15 LÕUNA
14.15 - 15.45 Obsessiiv-kompulsiivse häire kognitiiv-käitumisteraapia *Helen Margus*
16.00 - 17.30 Unehäirete kognitiiv-käitumisteraapia *Helen Margus*

R, 01. oktoober

- 10.00 - 11.30 Depressiooni kognitiiv-käitumisteraapia *Elen Kihl*
11.45 - 13.15 Madala enesehinnangu kognitiiv-käitumisteraapia *Elen Kihl*
13.15 - 14.15 LÕUNA
14.15 - 15.45 Alkoholi tarvitamise häirete kognitiiv-käitumisteraapia *Elen Kihl*
16.00 - 17.30 Hasartmängimise kognitiiv-käitumisteraapia *Pille-Riin Indermitte*

N, 14. oktoober

- 10.00 - 11.30 Traumajärgse stressihäire kognitiiv-käitumisteraapia *Katrin Kaljula*
11.45 - 13.15 Raskendatud leina kognitiiv-käitumisteraapia *Katrin Kaljula*
13.15 - 14.15 LÕUNA
14.15 - 15.45 Söömishäirete kognitiiv-käitumisteraapia *Karin Lätt*
16.00 - 17.30 Söömishäirete kognitiiv-käitumisteraapia *Karin Lätt*

R, 15. oktoober

- 10.00 - 11.30 Enesevigastamise kognitiiv-käitumisteraapia *Thea Marran*
11.45 - 13.15 Kognitiiv-käitumuslik sekkumine viha juhtimises *Thea Marran*
13.15 - 14.15 LÕUNA
14.15 - 15.45 Kognitiiv-käitumisteraapia laste ja noorukitega *Margit Tamm*
16.00 - 17.30 Kognitiiv-käitumisteraapia laste ja noorukitega *Margit Tamm*

N, 28. oktoober

- 10.00 - 11.30 Kroonilise valu kognitiiv-käitumisteraapia *Katrin Kaljula*
11.45 - 13.15 Kognitiiv-käitumuslik paariteraapia *Liine Põldsam*
13.15 - 14.15 LÕUNA
14.15 - 15.45 Isiksusehäirete kognitiiv-käitumisteraapia *Mariliis Salumaa*
16.00 - 17.30 Isiksusehäirete kognitiiv-käitumisteraapia *Mariliis Salumaa*

R, 29. oktoober

- 9.00 - 10.30 Juhtumi kontseptualiseerimine - grupitöö *Elen Kihl*
10.45 - 12.15 Juhtumi kontseptualiseerimine - grupitöö *Elen Kihl*
12.15 - 13.15 LÕUNA
13.15 - 14.45 Juhtumi kontseptualiseerimine - grupitöö *Margit Tamm*
15.00 - 16.30 Juhtumi kontseptualiseerimine - grupitöö *Margit Tamm*

16.30- 17.30 EKSAM