



Postgraduaat
Gedragstherapie
(volwassenen)

KU Leuven
2022-2026

Gedragstherapie

- Binnen welzijn en gezondheidszorg heeft de gedragstherapie al enkele decennia haar plaats veroverd. Voor heel wat psychische problemen vormt gedragstherapie de behandeling van voorkeur. Gedragstherapeutische interventies hebben een centrale plaats in behandelrichtlijnen voor problemen bij kinderen, adolescenten en volwassenen. Het scala aan specifieke interventies wordt voortdurend aan nauwgezet wetenschappelijk onderzoek onderworpen (evidence-based werken is kenmerkend voor gedragstherapie).
- Maar gedragstherapie is meer dan een geheel van technieken. Het is in de eerste plaats een manier van denken over psychische problemen. Net zoals dit geldt voor elke andere vorm van gedrag, wordt probleemgedrag beschouwd als een 'zinvolle reactie op een betekenisvolle stimulus of gebeurtenis'. Vanuit een functioneel perspectief worden op maat gesneden behandelingen uitgewerkt. Dit heeft plaats in voortdurende samenspraak met de cliënt. Gedragstherapie wordt gekenmerkt door samenwerking en transparantie.
- Sinds haar ontstaan kent de gedragstherapie een nauwe band met de wetenschappelijke psychologie. Ze vindt haar inspiratie in de ontwikkelings-, sociale en cognitieve psychologie, maar kent een preferentiële relatie met de leertheorieën. Gedragstherapie is toegepaste psychologie.
- Gedragstherapie is een werkmodel dat toelaat verantwoorde keuzes te maken in de preventie en behandeling van psychisch lijden.

Doelstellingen (algemeen)

- De postgraduaatopleiding in de gedragstherapie heeft de zelfstandige uitoefening van de gedragstherapie als finaliteit. Die uitoefening kan gebeuren in een multidisciplinair kader binnen één van de organisaties van de (geestelijke) gezondheidszorg zoals de psychiatrische ziekenhuizen, de psychiatrische afdelingen van algemene ziekenhuizen, de algemene ziekenhuizen, de revalidatiecentra, de centra voor geestelijke gezondheidszorg, de medisch pedagogische instituten, e.a. of binnen een vrij gevestigde (groeps)praktijk.
- Dit postgraduaat in de gedragstherapie heeft tot doel deskundigen te vormen die in staat zijn psychische moeilijkheden of stoornissen en de daarmee samenhangende klachten (bij adolescenten, volwassenen en ouderen) te verminderen of op te heffen, en dit in verschillende eenheden (individu, groep, gezin, ...).
- Binnen het specifieke denkkader van de gedragstherapie leren de studenten op systematische wijze problemen te analyseren en gedragstherapeutische methoden en technieken te kiezen en aan te wenden om effectieve hulp te bieden.

Doelstellingen (specifiek)

De professionele competenties die de student zich moet eigen maken zijn:

1. Kennis

- Grondige kennis van het gedragstherapeutisch proces
- Kennis van de leerpsychologie (klassiek en operant leren)
- Kennis van concepten, procedures en theorievorming binnen cognitieve en emotiepsychologie (i.c. met toepassing op psychopathologie)
- Basiskennis aangaande psychofarmaca, principes van evidence-based werken, behandelrichtlijnen, N=1 designs, maten van 'reliable change' en 'clinical significance'
- Belangrijkste theorievorming rond stoornissen (angst, depressie, psychosen, ...) en behandelmethoden (exposure, operante procedures, cognitieve technieken ...).

2. Vaardigheden

- Zelfstandig doorlopen van het gedragstherapeutisch proces met cliëntsysteem (individu, koppel, gezin)
- Analyseren van psychische problematiek (op maat gesneden analyse volgens principes van holistische theorie en functieanalyse)
- Opstellen van een individueel behandelplan
- Kiezen van behandelmethoden in functie van (a) het individuele behandelplan en (b) meer algemene behandelrichtlijnen (volgens voorhanden wetenschappelijke gegevens; protocollaire behandelingen)
- Praktische beheersing van belangrijkste gedragstherapeutische methoden: exposure, operante procedures, mediatietherapie, cognitieve technieken, motivationele gespreksvoering, relaxatiemethoden, vaardigheidstraining,
- Ervaring met meer gespecialiseerde technieken en methoden: MBCT, ACT,
- Evalueren van behandelverloop (N=1 methodologie)
- Vaardigheden in rapporteren aangaande casus

3. Attitude en ervaring

- Kritische houding ten aanzien van eigen therapeutgedrag
- Bespreken van eigen praktijk in supervisie
- Ervaring van cliëntperspectief in leertherapeutische setting
- Inzicht, analyse en omgaan met interpersoonlijke aspecten van het behandelproces

Inhoud

- De postgraduaatopleiding wordt aangeboden als een traject van 4 studiejaar. Het gaat om een intensieve opleiding van 70 studiepunten. De eerstvolgende opleiding start in 2022-2026.
- In het eerste jaar bestaat de opleiding in hoofdzaak uit een twintigtal opleidingsdagen. Die hebben telkens op vrijdag plaats van 13.00 tot 19.00 uur. In het tweede en derde opleidingsjaar ligt het aantal opleidingsdagen wat lager, maar wordt tevens een intensieve supervisie gevolgd. In het tweede en derde jaar heeft ook de leertherapie plaats in de vorm van therapieweekends onder leiding van Nederlandse gedragstherapeuten. In de eerste drie jaar wordt tevens een uitgebreide paper gemaakt over een casus. Het vierde jaar bestaat voornamelijk uit supervisie, en bevat ook een aantal opleidingsdagen. De intensiteit van het laatste jaar ligt lager dan de eerste drie jaren.
- Deze onderdelen worden gespreid over de vier opleidingsjaren. Voor een belangrijk deel van de opleiding (en met name de praktijkonderdelen) wordt een beroep gedaan op externe experts. Naast een kernteam van erkende supervisors (Vlaamse Vereniging voor Gedragstherapie ; VVGT), wordt de opleiding ondersteund door ervaren gedragstherapeuten met eigen expertise. Voor de zuiver theoretische onderdelen (en voor een gedeelte van de praktijkgerichte onderdelen) wordt beroep gedaan op academici uit het domein van de leertheorie, psychopathologie, farmacologie en psychotherapie.
- Het programma van deze opleiding is erkend door de VVGT.

Programmastructuur

Opleidingsonderdelen	Eerste jaar	Tweede jaar	Derde jaar	Totaal
Gedragstherapeutisch proces	175	75	75	325
Leerpsychologie en experimentele psychopathologie	100			100
Modellen, methoden en technieken in de gedragstherapie	125	200	175	500
Supervisie in de gedragstherapie		125	125	250
Seminariwerk	100	100	125	325
Totaal uren studiebelasting	500	500	500	1500
Totaal aantal studiepunten	20	20	20	60

- Bovenstaand schema toont de drie eerste opleidingsjaren. Tijdens de drie opleidingsjaren komen de volgende opleidingsonderdelen aan bod: (a) Gedragstherapeutisch proces, (b) Modellen, methoden en technieken in de gedragstherapie, (c) Leerpsychologie en experimentele psychopathologie, (d) Supervisie in de gedragstherapie en (e) Seminariwerk. Het programma van het vierde jaar omvat hoofdzakelijk supervisie, en daarnaast een viertal sessies waarbij eerder besproken thema's worden uitgediept.
- Bovenstaand schema toont de plaatsing van de opleidingsonderdelen in het geheel van de opleiding. Voor elk onderdeel wordt de minimaal begrootte studie-investering weergegeven (contacturen + 'verwerkingstijd'). Het aantal studiepunten voor het vierde jaar is de helft van de voorgaande jaren (10).

Programmastructuur

- Vanaf opleidingsjaar 2015-2016 werd aan de opleiding een vierde jaar toegevoegd, gericht op verdere verdieping van de onderdelen (b) Modellen, methoden en technieken in de gedragstherapie , en (d) Supervisie in de gedragstherapie . Dit vierde jaar omvat 10 studiepunten (de drie voorgaande telkens 20).
- De **totale studietijd** van de opleiding wordt begroot tussen **1750 en 2100 uren**. Dat is gemiddeld ongeveer 10 uur per week doorheen de eerste drie opleidingsjaren en 5 uur tijdens het vierde. [Eén studiepunt representeert een studietijd gelegen tussen min. 25 uren en max. 30 uren. In het schema werd uitgegaan van '1 studiepunt = 25 uren']

Nadere omschrijving onderdelen

Het gedragstherapeutisch proces

- Deel 1: Omvat de strategieën voor probleemidentificatie vanuit de gedragstherapie: methoden voor informatieverzameling, concretiseren van informatie, redeneren in termen van mogelijke causale relaties, opstellen van een holistische theorie, probleemselectie, opstellen van topografische analyses en van functieanalyses, formuleren van therapiedoelstellingen, en argumenteren van een modelspecifiek behandelingsplan. Toepassen van aspecten van de gedragstherapeutische cyclus bij meerdere casussen.
- Deel 2: Dit opleidingsonderdeel omvat twee aspecten: enerzijds de onderzoekscomponent in de gedragstherapie en anderzijds de leertherapie.
 - De onderzoekscomponent omvat het opzoeken, interpreteren, kritisch evalueren en implementeren van up-to-date onderzoeksgegevens in de klinische praktijk, met specifieke aandacht voor e-databases. Uiteraard wordt veel aandacht besteed aan 'evidence-based' werken.
 - Het opzetten van N=1 experimenten binnen de eigen praktijk. Kennismaking met berekenen van maten van klinische significantie en 'reliable change'.
 - De leertherapie verwijst naar een proces waarbij het reflecteren op het eigen handelen binnen de therapeutische relatie vooropstaat. Overeenkomstig (inter)nationale regelgeving hieromtrent gebeurt de leertherapie in groep, en worden hiervoor in totaal 50 contacturen voorzien. Dit neemt de vorm aan van therapieweekends onder leiding van buitenlandse therapeuten.
- Deel 3: Dit opleidingsonderdeel is bijna volledig gericht op de leertherapie en vormt een verdieping van de leertherapie in het opleidingsonderdeel 'Gedragstherapeutisch proces II'.

Nadere omschrijving onderdelen (2)

Leerpsychologie en experimentele psychopathologie

- De procedures, theorie, en principes omtrent leerprocessen (klassieke conditionering, operante conditionering).
- Basisbegrippen in de cognitieve psychologie en de theorie omtrent emotie en informatieverwerking.
- Topics uit het domein van de experimentele psychopathologie (bijv. angst en aandacht; geheugen en depressie; cognitieve processen van OCD).

Nadere omschrijving onderdelen (3)

Modellen, methoden en technieken in de gedragstherapie

- Deel 1:
 - Basissessies en verdiepende sessies over exposure-therapie, cognitieve en operante methoden.
 - Interiörentale studiedag aangaande thema's die relevant zijn voor de psychotherapie in haar algemeenheid (bijv. deontologie). Casuspresentaties uit andere therapierichtingen.

- Deel 2:
 - Probleemspecifieke theorievorming inzake angststoornissen (sociale angst, fobische klachten, O.C.D., faalangst, ...) en depressie, seksuele problematiek bij volwassenen. Indicatie, uitwerking en evaluatie van gedragstherapeutische methoden en technieken (bij voornoemde problematiek). Diverse technieken worden uitgebreid ingeoefend; o.m. exposure, cognitieve technieken, motivationele gespreksvoering, terugvalpreventie, psycho-educatie, relaxatie, zelfcontroleprocedures, gedragsactivatie en relatietherapie. Specifieke methoden en technieken zoals gedragstherapeutische interventies met gezinnen en groepen en gedragstherapeutische interventies in de residentiële zorg kunnen eveneens aan bod komen. .

Nadere omschrijving onderdelen (3^{bis})

Modellen, methoden en technieken in de gedragstherapie (vervolg)

- Deel 3:
 - Probleemspecifieke theorievorming inzake onder meer trauma, persoonlijkheidsstoornissen (o.m. impulscontrolestoornissen), eetstoornissen, psychosomatische klachten en gedragstherapeutische interventies in de residentiële zorg bij volwassenen; rouwproblematiek en psychosomatische klachten, eetstoornissen en gedragstherapeutische interventies met gezinnen. Indicatie, uitwerking en evaluatie van gedragstherapeutische methoden en technieken (bij voornoemde problematieken of doelgroepen). Er wordt aandacht besteed aan meer specifieke en complexere interventiemethodieken, zoals assertiviteitstraining, hypnotherapie, dialectische gedragstherapie en mindfulness en ACT.

- Deel 4:
 - Studenten kiezen 2 modules (telkens 2 sessies) uit een reeks van 6 modules. Eén heeft plaats in de eerste semester, de tweede in semester 2. Elke module biedt een verdieping van een bepaalde thematiek.

Nadere omschrijving onderdelen (4)

Supervisie in de gedragstherapie

- Deel 1 & 2:
 - In kleine groep van in principe vier supervisanten, onder begeleiding van een erkend supervisor, rapporteren (op basis van verslag of audio- of video-opname), kritisch bespreken en leren bijsturen van meerdere casussen uit de eigen gedragstherapeutische praktijk.
 - Supervisie van eigen praktijk is een langdurend leerproces dat zich uitstrekt over diverse cliënten of cliëntsystemen en diverse fasen van de behandeling.
 - Over de twee delen heen worden 80 (contact)uren aan supervisie voorzien.
- Deel 3:
 - In het vierde jaar wordt een uitgebreide supervisie gepland bij twee nieuwe supervisoren (afzonderlijk voor eerste en tweede semester). In totaal gaat het om 2 x 25 uren supervisie.

Seminariewerk

- Deel 1:
 - Uitwerken van een casus uit de eigen gedragstherapeutische praktijk van aanmelding tot en met opstellen en argumenteren van een modelspecifiek behandelingsplan.
- Deel 2:
 - Uitwerken van een casus uit de eigen gedragstherapeutische praktijk, van aanmelding tot en met het uitvoeren van en de evaluatie van een modelspecifieke behandeling.
- Deel 3:
 - Uitwerken van een casus uit de eigen gedragstherapeutische praktijk, van aanmelding tot en met het uitvoeren van en de evaluatie van een modelspecifieke behandeling. De casus wordt uitgebreid gekaderd binnen de relevante onderzoeksliteratuur.

Evaluatie

- *Voorwaarden voor het behalen van het postgraduaat getuigschrift:* Het volgen van alle opleidingsonderdelen en het slagen voor alle opleidingsonderdelen in het curriculum.
- Zelfstudie, de theoretische voorbereiding van opleidingsessies, het maken van casusverslagen en papers worden mee betrokken in de evaluatie.
- Naast meer formele evaluatiemomenten, gebeurt de individuele evaluatie tevens op een eerder procesmatige manier door middel van permanente evaluatie (o.m. via opdrachten, portfolio).
- In de loop van de opleiding worden 3 uitgebreide casusverslagen gemaakt. Deze worden beoordeeld.

Basisliteratuur

Hermans, D., Raes, F., & Orlemans, JWG (2017). *Inleiding tot de Gedragstherapie*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.

Inleiding tot de gedragstherapie

Zevende, herziene druk

Dirk Hermans
Filip Raes
Hans Orlemans

 bohn
stafleu
van loghum

Toelatingsvoorwaarden

Toelating wordt beperkt tot:

1. Houders van het diploma van licentiaat (180 ECTS) / master of Science in de psychologie (120 ECTS), de optie/afstudeerrichting klinische (en gezondheids)psychologie hebben gevolgd, die ten minste 6 maanden klinische stage hebben gevolgd én die tevens de erkenning van klinisch psycholoog verkregen hebben.
2. Houders van het diploma van licentiaat (180 ECTS) / master of Science in de pedagogische wetenschappen (120 ECTS) , die de optie/afstudeerrichting orthopedagogiek hebben gevolgd, die ten minste 6 maanden klinische stage hebben gevolgd én die tevens de erkenning van klinisch orthopedagoog verkregen hebben.
3. Houders van het diploma van arts/master of Medicine in de geneeskunde die tevens psychiater of psychiater in opleiding zijn (vanaf de tweede fase van deze opleiding).
4. Er heeft een selectiegesprek plaats om de geschiktheid van de kandidaat te bepalen binnen de maximumcapaciteit van de opleiding. Selectiecriteria kunnen zijn motivatie, beroepservaring, mogelijkheid tot relevante praktijkbeoefening, vertrouwdheid met het betreffende therapeutische basiskader, informatie bekomen via referentiepersonen en aspecten van persoonlijk functioneren.

Selectie

- Omdat telkens slechts een beperkt aantal kandidaten (maximum 20 à 21) de opleiding kan starten, heeft er een voorafgaande selectie plaats. Selectie gebeurt in eerste instantie op basis van het dossier. Nadien worden een aantal kandidaten uitgenodigd voor een selectiegesprek. Dit vindt plaats in de loop van de maanden april-mei. In dit gesprek wordt dieper ingegaan op de motivatie van de kandidaat, klinische en therapeutische ervaring, praktijkmogelijkheden en andere relevante aspecten.
- De kandidaten worden geacht kritisch te kunnen reflecteren op de eigen persoon en het handelen als hulpverlener. Omdat een belangrijk deel van de opleiding in kleinere groepen plaatsvindt, moet er een bereidheid bestaan om actief en constructief deel te nemen aan het groepsproces.
- De kandidaten moeten de Engelse taal ook voldoende machtig zijn. Specialistische seminaries of werkgroepen kunnen in het Engels worden gedoceerd wanneer de docent anderstalig is; de voorbereidende literatuur bestaat ook in belangrijke mate uit Engelstalige publicaties.
- De opleiding kent een intensief programma. Hoewel ervaring leert dat de opleiding combineerbaar is met een voltijdse baan, is dit zeker geen vanzelfsprekendheid. Vooraleer over te gaan tot het indienen van de kandidatuur is het goed na te gaan of er daadwerkelijk ruimte is voor dit engagement.

Selectie (2)

- De opleiding vergt tevens een zekere mate van flexibiliteit van de student. Aanwezigheid tijdens de sessies, supervisie en leertherapie is een belangrijke vereiste. Voor supervisie dient men zich mogelijk flexibel op te stellen inzake supervisiemomenten en locatie.
- Een openheid voor onderzoeksliteratuur is belangrijk. Van cursisten wordt verwacht dat ze niet enkel therapeutische technieken leren toepassen, maar zich ook actief verdiepen in de wetenschappelijke literatuur aangaande de basale processen van leren en veranderen.
- Per opleidingsjaar kunnen er telkens een groep van 20 à 21 kandidaten starten met de opleiding. Daar er zich telkens meer kandidaten aanmelden, wordt met elke kandidaat die aan de voorwaarden voldoet een selectiegesprek gevoerd.
- De kans om geselecteerd te worden is afhankelijk van het aantal kandidaten en dus enigszins variabel. Overheen de laatste jaren kon ongeveer 50 % van de kandidaten, die in aanmerking komen tot het volgen van de opleiding, ook effectief geselecteerd worden.
- Begin juli wordt aan de kandidaten meegedeeld of zij al dan niet toegelaten worden tot de opleiding.

Praktische aspecten

1. Data en locatie

Deze opleidingsdagen hebben doorgaans plaats op vrijdag van 13 u tot 19 u van eind september tot juni, in het Psychologisch Instituut, Tiensestraat 102, 3000 Leuven of in een nabij gelegen lokaal van de KU Leuven. Daarnaast vinden in totaal 3 blokken groepstherapie plaats (van vrijdagmiddag tot zaterdagavond). Deze hebben plaats in een setting buiten Leuven. De praktijksupervisies vinden ook plaats buiten de opleiding (in kleine groepjes) en op momenten en locatie die worden overeengekomen met de supervisor.

2. Onderwijstaal

De onderwijstaal is het **Nederlands**. Specialistische seminars of werkgroepen kunnen in het Engels worden gedoceerd wanneer de docent anderstalig is.

3. Inschrijvingsbedrag

Het inschrijvingsgeld bedraagt **2500 Euro** per jaar. Hierin zijn de verplichte handboeken en het lidmaatschap van de Vlaamse Vereniging voor Gedragstherapie niet inbegrepen

4. Opleidingscheques

Sinds 1 maart 2015 wordt de toegang tot opleidingscheques voor hooggeschoolden beperkt: enkel hooggeschoolden die een loopbaangerichte opleiding volgen, die vermeld staan in hun persoonlijk ontwikkelingsplan (POP) nadat ze loopbaanbegeleiding volgden, kunnen die nog aanvragen.

5. KMO-portefeuille

De opleiding is erkend door de Vlaamse overheid, waardoor zelfstandigen (ook in bijberoep) kunnen gebruik maken van KMO-portefeuille om het studiegeld te betalen. Bij deze subsidiemaatregel brengt de Vlaamse overheid 30% van de kostprijs van de opleiding in.

6. Betaald educatief verlof

Er kan betaald educatief verlof aangevraagd worden voor de workshops en de leertherapie (niet voor de supervisie), maar er zijn sterke aanwijzingen dat dit vanaf volgend jaar niet meer voorzien zal worden vanuit de Vlaamse overheid

7. Ombuds van de faculteit

ppw.ombuds@kuleuven.be of www.ppw.kuleuven.be/studiebegeleiding

8. Diploma

De cursisten ontvangen – bij succesvol afwerken van het programma - een diploma van Postgraduaat in de Gedragstherapie.

Contactgegevens

prof. dr. Dirk Hermans

Academisch verantwoordelijke postgraduaat
Gedragstherapie

Centrum voor Leerpsychologie en
Experimentele Psychopathologie
Faculteit PPW, K.U.Leuven
Tiensestraat 102, bus 3712
3000 Leuven

Tel (kantoor): 016 - 32.59.63

Tel (secretariaat): 016 - 32.60.01

Fax : 016 - 32.60.99

dirk.hermans@ppw.kuleuven.be

<http://www.ppw.kuleuven.ac.be/leerpsy/dirk/>



lic. Hans De Ruyck

Praktijkassistent en coördinatie
postgraduaat Gedragstherapie

Centrum voor Leerpsychologie en
Experimentele Psychopathologie
Faculteit PPW, K.U.Leuven
Tiensestraat 102
3000 Leuven

Tel (kantoor): 016 - 32.60.35

Tel (secretariaat): 016 - 32.60.01

Fax : 016 - 32.60.99

hans.deruyck@ppw.kuleuven.be

