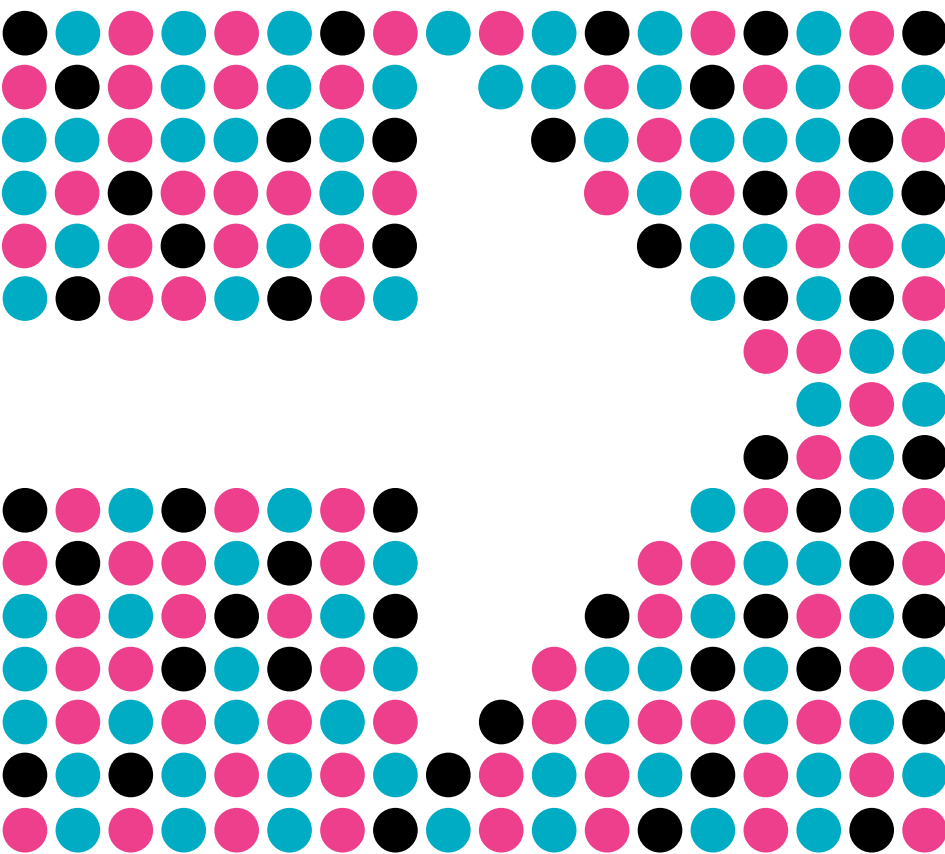


# Word ook cognitief gedragstherapeutisch werker

Specialiseer je na je hbo in cognitieve gedragstherapie



In deze brochure lees je wat cognitieve gedragstherapie is, wat het werk van een cognitief gedragstherapeutisch werker inhoudt, hoe je er een kan worden en welke voordelen registratie bij de VGCT biedt.

## HOE WERKT COGNITIEVE GEDRAGSTHERAPIE?

Cognitieve gedragstherapie (cgt) geeft volwassenen en kinderen met psychische problemen inzicht in gedrag, gedachten en gevoelens die hun klachten in stand houden. Cgt leert om nieuwe, helpende gedachten en gedrag in te zetten: door oefeningen leren cliënten anders denken en doen. Zij hebben bovendien blijvend iets aan deze nieuwe vaardigheden.

Bij een breed scala aan psychische problematiek wordt cgt ingezet. Het meest bij stemmingsstoornissen (zoals depressie), angststoornissen (zoals pleinvrees, dwang of fobieën) en verslaving. Daarnaast bij bijvoorbeeld eetstoornissen, ADHD, psychose, PTSS of borderline.

Cgt is bewezen effectief. Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat 50 tot 75 procent van de cliënten er baat bij heeft. Ook vermindert cgt de kans op terugkeer van psychische en lichamelijke klachten. In de meeste richtlijnen is cgt daarom de voorkeursbehandeling voor psychische problemen.



*‘Nu weet ik hoe ik met  
de cliënt blijvende  
gedachte- en  
gedragsverandering tot  
stand kan brengen’*

## WAT DOET EEN COGNITIEF GEDRAGSTHERAPEUTISCH WERKER?

Een cognitief gedragstherapeutisch werker (cgw'er) is een hulpverlener op hbo-niveau die cgt-technieken uitvoert. Een cgw'er werkt meestal binnen de ggz, de jeugdhulp of in een huis-artsenpraktijk als poh-ggz.



*'Mijn cliënt durfde door dwang en hoarding niks weg te gooien, maar na mijn behandeling liep ik met volle vuilniszakken de deur uit'*

### ***'Hij durft weer naar biologieles'***

*'Ik had als cliënt een vwo'er (13) die niet naar biologie durfde. Hij was vooral bang voor bloed, injecties en alles aangaande het menselijk lichaam. Ik heb de De Dappere Kat-methode toegepast, een angst-behandeling. We hebben samen zijn doel vastgesteld en verschillende exposure-oefeningen gedaan zoals lezen uit zijn biologieboek. Ik heb zijn gedachten uitgedaagd en hem geholpen die te ordenen. Ook ontspanningsoefeningen hielpen. Daarna durfde hij weer naar de biologieles en keek zelfs filmpjes over het menselijk lichaam.'*

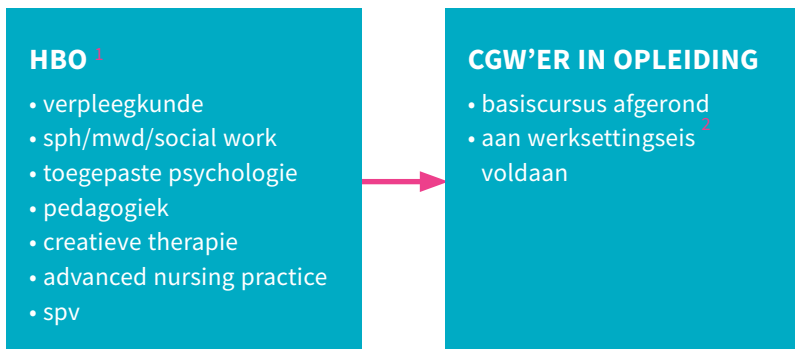


*‘Door mijn interventies  
leerde hij weer te leven  
en te ontspannen  
zonder cocaïne’*

Cgw'ers werken bijvoorbeeld als spv'er/verpleegkundige, behandelaar of sociotherapeut en voeren protocollaire en wetenschappelijk onderbouwde technieken uit, zoals:

- Met de cliënt een overzicht maken van ontstaan, functie en samenhang van risicovolle gedachten en gedrag, de basis van het behandelplan.
- Uitleg rationale en psycho-educatie: wat is er aan de hand, welke gevolgen heeft dat, welke interventies worden ingezet en waarom?
- Registreren: gedachten, gevoel en gedrag laten noteren. Voor zelfinzicht, voortgang en zo nodig bijsturing.
- Cognitieve interventies: uitdagen van gedachten bij risicovolle/moeilijke gebeurtenissen. Welke gedachten komen er dan op? Kloppen die? Welke helpende gedachten in te zetten?
- Exposure-oefeningen: blootstellen aan moeilijke situaties en zo nodig ontspannings- en aandachtsoefeningen.
- Gedragsexperimenten: helpende gedachten toetsen in de praktijk.
- Terugvalpreventieplan maken met de cliënt.

## HOE WORD IK CGW'ER?



Hierboven zie je hoe je cognitief gedragstherapeutisch werker kan worden en blijven.

### **1 Vereist: afgeronde opleiding\*:**

- Hbo(-bachelor) op de ggz gericht met 30 uur gespreksvaardigheden en 30 uur psychopathologie.

Of:

- Hbo(-bachelor) plus cursussen gespreksvaardigheden voor therapeuten en (g)gz-psychopathologie.

Of:

- In-service opleiding psychiatrisch (B of Z) verpleegkundige, als deze is gevolgd vóór 1997.
- Let op: heb je een (hbo) MSc-titel samen met een artikel-14-registratie in de Wet BIG, dan kun je in aanmerking komen voor het cgt-traject. Kijk voor meer informatie op [vgct.nl/cgt](http://vgct.nl/cgt)

- ### **2 Per week minstens 12 uur gewerkt op ggz-gebied, waarvan minstens 6 uur aan cgt-procedures.\***

### **3 Afdeling/behandelcentrum/praktijk op het gebied van\*:**

- (C)gt-behandelingen, angst-/stemmings-/eet-/persoonlijkheidsstoornissen, psychose, verslaving of verstandelijk beperkten.
- Forensische, psychiatrische of psychogeriatrische zorg.
- Basis- of ambulante ggz.

\*Zie voor de volledige eisen [vgct.nl/cgw](http://vgct.nl/cgw)



*'De geleerde technieken  
pas ik dagelijks toe'*

## CGW'ER

- 40 sessies supervisie gevolgd
- 2 supervisieverslagen ingediend
- aan werksettingseis voldaan
- binnen 3 jaar na afronding basis-cursus:
  - minstens 1 jaar gewerkt in relevante setting
  - registratie aangevraagd: cgw'er VGCT®



## HERREGISTRATIE

- elke 5 jaar
- zie [vgct.nl/cgw](http://vgct.nl/cgw) voor de eisen

## WAT LEER IK IN DE BASISCURSUS?

In de cgw-basis cursus (48 uur) maak je kennis met de denk- en werkwijze binnen de cognitieve gedragstherapie.

Je leert:

- Leermodellen en interventies toepassen.
- Het therapeutisch proces hanteren.
- Cgt-werkzaamheden en -procedures uitvoeren.
- Basisvaardigheden oefenen voor verschillende klachtgebieden.

Door de VGCT goedgekeurde basiscursussen worden door diverse opleidingsinstellingen in heel Nederland aangeboden en starten een paar keer per jaar.

► **Kijk voor het actuele opleidingsaanbod op [vgct.nl/basiscursus](http://vgct.nl/basiscursus)**

## WAAROM DE VGCT-REGISTRATIE?

De Vereniging voor Gedrags- en Cognitieve therapieën (VGCT) is de onafhankelijke wetenschappelijke vereniging van en voor cognitief gedragstherapeutisch werkers en cognitief gedragstherapeuten. De VGCT zet zich in voor vakgerichte opleidingen, kwaliteitsregistraties en het delen van wetenschappelijke kennis over effectieve psychologische behandelingen. Met 7000 leden is de VGCT de grootste psychotherapievereniging van Nederland. De VGCT bewaakt de kwaliteit van cgw-opleidingen. Als lid mag je de uitstekend aangeschreven titel cognitief gedragstherapeutisch werker VGCT® voeren.

Het VGCT-lidmaatschap biedt nog meer voordelen:

- Ledentarief voor het jaarlijks cgw-congres en andere VGCT nascholingsactiviteiten
- Beter worden in je vak door:
  - Het tijdschrift Gedragstherapie
  - De papieren nieuwsbrief
  - De gepersonaliseerde digitale nieuwsbrief
- Toegang tot Mijn VGCT via [vgct.nl](http://vgct.nl), inzage in (digitale) nieuwsbrieven
- Je kunt je aansluiten bij een of meer van de 15 secties
- Je kunt inhoudelijk bijdragen aan het vak en de vereniging

## MEER WETEN?

Kijk op [vgct.nl/lidworden](http://vgct.nl/lidworden), mail naar [opleidingen@vgct.nl](mailto:opleidingen@vgct.nl) of bel 030-254 3054 (maandag t/m donderdag).

**vgct.nl**

*Aan de informatie uit deze folder kunnen geen rechten worden ontleend.*