

Try to ACT!

Acceptance and Commitment Therapy voor vaktherapeuten

Acceptance and Commitment Therapy (ACT!) is een praktische benaderingswijze die eind 20ste eeuw ontwikkeld is door de Amerikaanse psycholoog Steven C. Hayes, en behoort tot de zogeheten derde generatie gedragstherapie. In ACT wordt cliënten geleerd zich te richten op zaken die die ze op directe wijze kunnen beïnvloeden, zoals hun eigen gedrag, in plaats van controle proberen te krijgen over gedachten en/of emoties. Deze werkwijze is met name geschikt voor cliënten met 'vermijdingsproblemen', is ervaringsgericht en maakt veel gebruik van metaforen, waardoor het voor vaktherapeuten zeer bruikbaar is. In deze cursus worden vaktherapeuten zowel theoretisch als praktisch geschoold in het werken vanuit het ACT-gedachtegoed.

Docenten:

drs. Pauline Fellingner

Pauline Fellingner is ervaren PMT-er.

Jeannette Verhoeven

Jeannette Verhoeven is ervaren vaktherapeut en supervisor en begeleidingskundige.

doelgroep

Vaktherapeuten en andere GGZ professionals met affiniteit met ervaringsgericht (non-verbaal) werken.

leerdoelen

De deelnemers kennen de 6 basisprocessen uit ACT;

Ze hebben een eerste transfer gemaakt en ervaringen opgedaan met het begeleiden vanuit ACT-perspectief in hun eigen behandelpraktijk;

Ze beschikken over een assortiment ACT-vaktherapieopdrachten;

Ze hebben een beeld van hun eigen 'waardensysteem'.

werkwijze

Korte theoretische inleidingen, praktijkgerichte oefenvormen, rollenspelen en zelfervaringsopdrachten. Door middel van deze werkvormen maken de deelnemers kennis met de effecten en de mogelijkheden van deze vorm van begeleiden. Omdat 'leren door doen' bij deze cursus heel belangrijk is wordt bereidheid tot zelfonderzoek en actief experimenteren met deze aanpak verwacht.