

Tweedaagse cursus Acceptance & Commitment Therapy (ACT)

Omvang cursus:	De cursus omvat 2 bijeenkomsten van 6 uur exclusief pauze
Data:	7 november en 5 december 2019
Tijden:	10:00 uur tot 17:00 uur (inclusief pauze)
Lunch:	De lunch wordt verzorgd door de organisatie
Plaats:	Eleos in Zwolle, Zwartewaterallee 25
Hoofddocent:	Prof. dr. K.M.G. Schreurs
Projectcoördinator:	Miranda Brinkhorst (m.brinkhorst@curecare.nl)
Toetsing:	Aanwezigheid & Actieve participatie bij opdrachten
Inhaalopdracht:	Door projectcoördinator i.o.m. hoofddocent

Inleiding

De kern van Acceptance & Commitment Therapy (ACT) is doen wat er voor jou toe doet en daarbij moeilijkheden meenemen omdat ze nu eenmaal bij het leven horen. ACT is een transdiagnostische cognitieve gedragstherapie gericht op het vergroten van psychologische flexibiliteit. Dit is het vermogen om, afhankelijk van de context, gedrag te veranderen of juist door te zetten om zich te bewegen in de richting van de waardevolle aspecten van het leven. Mindfulness is een essentieel deel van ACT. Ook therapeuten worstelen met zaken die zij liever vermijden en het is niet mogelijk om ACT te doen zonder zelf open te staan voor deze algemeen menselijke processen. Daarom doen we experiëntiële oefeningen zodat cursisten zelf de effecten van ACT ervaren. Daarnaast is aandacht voor de theorie, casusconceptualisatie en het oefenen met klinische ACT-processen in een behandeling.

Doelstellingen van de cursus

Op de hoogte zijn van de filosofische achtergrond en theoretische basis van ACT. De klinische processen van het ACT-model ervaren, kunnen herkennen in een casus en een aantal interventies kunnen toepassen gericht op het bevorderen van bereidheid/aanvaarding en waardengerichte activiteiten.

Literatuur

Aan te schaffen boek:

A-Tjak J (red) (2015). Acceptance and Commitment Therapy. Theorie en praktijk. 2de herziene druk. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Losse bijlagen, worden verstrekt door CCD:

Hand-outs presentaties
Uitgeschreven oefeningen en formulieren