

Syllabus

ACT (kennismaking)

15 november 2019

RINO Plus

© Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een automatisch gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van RINO Zuid.

Inhoudsopgave

1.	Inleiding	2
	1.1 Doelstelling module	2
2.	(Hoofd)docenten	2
3.	Instapniveau deelnemers	2
4.	Opleidingslocatie	2
5.	Data, tijden en onderwerpen per ontmoeting	2
6.	Handboeken	2
7.	Afronding	2
8.	Evaluatie	2
9.	Leeractiviteiten per ontmoeting	3
	9.1 Ontmoeting 1	3
10.	Literatuuroverzicht	4
	10.1 Aanbevolen literatuur	4

1. Inleiding

1.1 Doelstelling module

Bij ACT leren cliënten op een andere manier met hun vervelende gedachten, gevoelens, en sensaties om te gaan dan hun eerste automatische reactie hun ingeeft: oplossen!

Het blijkt namelijk dat het gevecht aangaan met gedachten en/of gevoelens (of ze juist proberen te vermijden) er juist vaak voor zorgt dat deze een grotere invloed krijgen op iemands leven. Het alternatief is acceptatie van deze vervelende ervaringen. Niet omdat deze zo leuk zijn, maar omdat je niet wilt dat ze nog meer ruimte innemen in je leven. Met de energie die je overhebt, kun je je vervolgens richten op de dingen die er wel echt toe doen! De kern van ACT is de filosofie dat het vechten tegen onvermijdelijke ervaringen/problemen uiteindelijk ten koste gaat van een waardevol, vitaal leven.

2. (Hoofd)docenten

Tim Batink, PhD. GZ-psycholoog i.o. Specialist, Registerpsycholoog NIP, Senior-schematherapeut, Supervisor VGCT & ACT-supervisor U-center, Post-doc researcher Maastricht University, School for Mental Health and Neuroscience, Assistant Professor Open Universiteit – Levensloopspsychologie

Mail: info@actinactie.nl

3. Instapniveau deelnemers

De Masterclass is gericht op hulpverleners die zich willen oriënteren op de methodiek van Acceptance and Commitment Therapy. Het instroomniveau is minimaal HBO.

4. Opleidingslocatie

RINO Zuid
Vitruviusweg 2
5624 AD EINDHOVEN
Tel: 085 890 2200

5. Data, tijden en onderwerpen per ontmoeting

	Datum	Tijd	Onderwerp	Docent(en)
1	15-11-2019	09.30 – 16.30	ACT in de praktijk	Tim Batink

6. Handboeken

Tijdens de masterclass wordt er geen gebruik gemaakt van handboeken.

7. Afronding

Er vindt geen toetsing plaats. Om in aanmerking voor een certificaat te komen, dient de deelnemer 100% aanwezig te zijn en een actieve bijdrage te leveren.

8. Evaluatie

RINO Zuid hecht veel waarde aan de kwaliteit van haar onderwijs. Om deze kwaliteit te waarborgen en waar mogelijk te verbeteren, vinden wij het van belang om structureel evaluaties af te nemen bij onze opleidingsdeelnemers: jouw mening telt!

Daarom ontvang je na afloop van iedere ontmoeting een e-mail, met daarin een link naar de digitale evaluatie. Daarnaast ontvang je na afloop van de module een e-mail met een link naar de digitale evaluatie over de gehele module. Wij stellen het zeer op prijs als je de evaluaties in wil vullen.

9. Leeractiviteiten per ontmoeting

9.1 Ontmoeting 1

Datum	Tijd	Docent(en)
15-11-2019	09:30 – 16:30	Tim Batink

Onderwerpen

Tijdens deze masterclass maakt de deelnemer kennis maken met ACT; Acceptance and Commitment Therapy. Er wordt gestart vanuit een theoretisch kader; waarbij er wordt stilgestaan bij RFT als theoretisch fundament en ACT als klinische interventie. Tevens wordt er aandacht besteedt aan de wetenschappelijke evidentie. Vervolgens komen de verschillende ACT-componenten aan bod; creatieve hopeloosheid, acceptatie, defusie, zelf als context, hier en nu, waarden, toegewijd handelen en psychologische flexibiliteit. Naast een theoretische uitleg, zal er ook ervaringsgericht worden gewerkt; de deelnemer zal zelf een aantal ACT-oefeningen uitvoeren. Daarnaast zal er middels video-illustratie, alsook rollenspellen worden geoefend met het toepassen van de verschillende ACT-interventies.

Vorbereidingen

Voor aanvang van deze bijeenkomst hoeft er géén literatuur te worden bestudeerd.

Programma:

Tijd	Onderwerp/werkvorm
09:30	<ul style="list-style-type: none"> • Introductie Relational Frame Theory, Acceptance and Commitment Therapy & Evidentie • Creatieve Hopeloosheid
10:30	<i>Pauze</i>
10:45	<ul style="list-style-type: none"> • Acceptatie (Video & Rollenspel) • Defusie • Zelf als Context
12:30	<i>Lunchpauze</i>
13:30	<ul style="list-style-type: none"> • Hier en Nu • Waarden (Video & Rollenspel) • Toegewijd Handelen
15:00	<i>Pauze</i>
15:15	<ul style="list-style-type: none"> • Psychologische Flexibiliteit • Afronding en evaluatie
16:30	<i>Einde</i>

10.Literatuuroverzicht

10.1 Aanbevolen literatuur

Het wordt aangeraden pas na afloop van de masterclass van de bijeenkomst een verdere verdiepingsslag te maken door de volgende literatuur te bestuderen:

A-tjak et al. (2015). A meta-analysis of the Efficacy of Acceptance and Commitment Therapy for Clinically Relevant Mental and Physical Problems. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 84, pp 30-36.

Batink et al., (in voorbereiding). Acceptance and Commitment Therapy: Achtergrond, Kennismaking & Evidentie (pp 1 t/m 10).

Batink et al. (2015). Nieuwe generatie gedragstherapie, nieuwe generatie meetinstrumenten. *Tijdschrift voor psychiatrie*, 57, 739-748.

Luoma et al (2008). Leer ACT! Vaardigheden voor therapeuten. De zes kernprocessen van ACT en hun gemeenschappelijke doel (pp 25- 48). Bohn Stafleu van Loghum, Houten.

Aanvullende bronnen:

www.actinactie.nl (meer dan 35 gratis ACT-oefeningen & 6 vragenlijsten)

www.timetoact.nl (meer dan 50 gratis ACT-oefeningen)

www.hoeflexibelbenjij.nl (online ACT-vragenlijst)

www.acbsbene.com (Nederlandse ACT-vereniging)