

Programma

DAG 1

Tijd	Programma deel
9:00 – 11:00	Deel 1: kennismaken, leerbehoefte en introductie ACT
11:15 – 13:00	Deel 2: ACT model, hexaflex en 'acceptatie'
13:45 – 15:00	Deel 3: 'Defusie'
15:15 – 17:15	Deel 4: 'Zelf als context' en 'toegewijde actie'; Indicatiestelling en wetenschappelijke evidentie

DAG 2

Tijd	Programma deel
9:00 – 11:00	Deel 1: opfrissen en ervaringen delen (irt huiswerkopdracht), mindfulness / huidig moment
11:15 – 13:00	Deel 2: waarden
13:45 – 15:00	Deel 3: toegewijd handelen
15:15 – 17:15	Deel 4: Casusconceptualisatie
	Afronden