**Driedaagse introductiecursus ACT 2021**

De driedaagse introductiecursus ACT bestaat uit een combinatie van theorie en praktijk. De visie op behandeling en de 6 processen van psychologische (in)flexibiliteit worden toegelicht en steeds gevolgd door een voorbeeld van een interventie.

Na deze driedaagse cursus ben je in staat om een ACT behandeling uit te voeren aan de hand van een protocol.

Voorafgaand te lezen :

Harris, R. (2020) *ACT in de praktijk: Een heldere en toegankelijke introductie op Acceptatie- en commitmenttherapie.* Amsterdam, Hoghrefe uitgevers.

**Dag 1**

**09.30 – 17.15**

* Kennismaking en organisatorische zaken
* Het ACTmodel van psychopathologie (powerpoint)
* Pauze (11.00-11.15)
* Aanvaarding, de theorie (powerpoint)
* Aanvaarding, een oefening
* Aanvaarding, DVD fragment
* Lunchpauze (12.30 – 13.30 uur)
* Huidig moment, de theorie (powerpoint)
* Huidig moment, DVD fragment
* Pauze (15.00-15.15)
* Defusie, de theorie
* Uitloop en vrije invulling aan de hand van vragen uit de groep

**Dag 2**

**09.30 – 17.15**

* De Hexaflex (powerpoint)
* Defusie, DVD fragment
* Pauze (11.00-11.15)
* Defusie, een interventie
* Pauze (12.30 – 13.30 uur)
* Het zelf als context, een oefening
* Het zelf als context, de theorie (powerpoint)
* Lunchpauze
* Het zelf als inhoud, een oefening
* Pauze (15.00-15.15)
* Casusconceptualistie

**Dag 3**

**09.30 – 17.15**

* Waarden en toegewijde actie, de theorie (powerpoint)
* Waarden, oefeningen
* Pauze (11.00-11.15)
* Oefening : hoe start je een behandeling, over creatieve hopeloosheid
* Lunchpauze (12.30 – 13.30 uur)
* Casusconceptualisatie (oefening)
* Pauze (15.00-1515)
* Ruimte voor extra oefeningen, naar behoefte cursisten