

**Omschrijving:**

Tijdens deze introductieworkshop zal de cursist kennis maken met ACT; Acceptance and Commitment Therapy. Er zal worden gestart met een theoretisch kader; waarbij er wordt stilgestaan bij RFT als theoretisch fundament en ACT als klinische interventie. Tevens zal er aandacht worden besteed aan de wetenschappelijke evidentie. Vervolgens de verschillende ACT-componenten aan bod komen; 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 cursist 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. De workshop is als volgt opgebouwd:

Programma:

09.30 - 13.00

- *Introductie Relational Frame Theory, Acceptance and Commitment Therapy & Evidentie*
- *Creatieve Hopeloosheid*
- *Acceptatie (Video & Rollenspel)*
- *Defusie*
- *Zelf als Context*

13.00 - 14.00

- *Lunchpauze*

14.00 - 17.30

- *Hier en Nu*
- *Waarden (Video & Rollenspel)*
- *Toegewijd Handelen*
- *Psychologische Flexibiliteit*
- *Afronding*

Tijdsbesteding:

Contacturen: 7 uur

Zelfstudie-uren: 3 uur

Leerdoelen:

1. Kennismaking met theoretisch fundament van ACT.
2. Op de hoogte zijn van de up-to-date wetenschappelijke ondersteuning van ACT.
3. Theoretische kennis opdoen betreffende de zes verschillende ACT-processen (acceptatie, defusie, zelf als context, hier en nu, waarden & toegewijd handelen).
4. Experiëntiële kennismaking met de zes verschillende ACT-processen, door verschillende ACT-oefeningen zelf uit te voeren en te ervaren (leren door ervaren).
5. ACT-technieken kunnen toepassen in de klinische praktijk.

Doelgroep:

Klinisch-psychologen, Psychotherapeuten, GZ-psychologen, Psychologen, Gedragwetenschappers, Psychiaters, POH-GGZ, Verpleegkundig Specialisten, SPV-ers en andere professionals in de GGZ die zich verder willen bekwamen in de derde generatie gedragstherapie ACT.

Toelatingsvereisten:

Minimaal afgeronde HBO-studie in (geestelijke) gezondheidswetenschappen; met een basiskennis in gedragstherapie.

Literatuur:

Batink, T & Peeters, F. (2018). Acceptance and Commitment Therapy. Achtergrond, Assessment en Applicatie. *De Psycholoog, Juni*, pp. 11 t/m 16.

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.

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

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.

Certificaat:

U ontvangt een certificaat van deelname bij het met goed gevolg hebben doorlopen van deze introductieworkshop.

Hoofddocent:

Dr. Tim Batink

GZ-psycholoog i.o. Specialist, Registerpsycholoog NIP, Groepstherapeut NVGP, Senior-schematherapeut, Supervisor VGCT & ACT-supervisor.

Assistant Professor - Open Universiteit vakgroep Levensloopsychologie