



# Basiscursus Acceptance and Commitment Therapy



## **Omschrijving:**

ACT in Actie biedt een 5-daagse geaccrediteerde basiscursus Acceptance and Commitment Therapy (ACT) aan. Tijdens deze cursus leg je een gedegen theoretische basis, en maak je door ervaringsgericht leren ook zelf kennis met de verschillende ACT-oefeningen. Aan de hand van video-materiaal worden de verschillende technieken geïllustreerd, waarna je er in rollenspellen ACTief mee gaat oefenen. Tenslotte doe je kennis en ervaring op met de functionele (test)diagnostiek om zo je ACT-behandeling te kunnen afstemmen op de cliënt. De cursus wordt verzorgd door enthousiaste, deskundige docenten die naast ACT-expertise ruime ervaring hebben in de behandelpraktijk. Na afronding van deze ACT-basiscursus ben jij in staat ACT toe te passen in jouw eigen (klinische) praktijk. De cursus is als volgt opgebouwd:

## **Programma:**

*Bijeenkomst 1:* Gedragstherapie, Relational Frame Theory, Acceptance and Commitment Therapy & Creatieve Hopeloosheid.

*Bijeenkomst 2:* Acceptatie en Defusie.

*Bijeenkomst 3:* Zelf als Context en Hier en Nu.

*Bijeenkomst 4:* Waarden en Toegewijd Handelen.

*Bijeenkomst 5:* Psychologische Flexibiliteit, Functionele Diagnostiek & Testdiagnostiek.

## **Tijdsbesteding:**

*Contacturen:* 33 uur en 45 minuten (10:00 – 17:30, exclusief pauzes)

*Zelfstudie-uren:* 42 uur (leeswerk + eindtoets in vorm van uitgewerkte casus)

## **Leerdoelen:**

1. Opdoen van theoretische basiskennis voor ACT (Operante leerprincipes & Relational Frame Theory).
2. Op de hoogte zijn van de up-to-date wetenschappelijke ondersteuning van ACT.
3. Leren werken met experiëntiële oefeningen en metaforen.
4. Theoretische kennis opdoen betreffende de zes verschillende ACT-processen (acceptatie, defusie, zelf als context, hier en nu, waarden & toegewijd handelen).
5. Experiëntiële kennismaking met de zes verschillende ACT-processen, door verschillende ACT-oefeningen zelf uit te voeren en te ervaren (leren door ervaren).
6. Therapeutische vaardigheden ontwikkelen om met de verschillende ACT-processen te werken.
7. Het kunnen bevorderen van de psychologische flexibiliteit / veerkracht van de cliënt.
8. Bekend raken met functionele diagnostiek en deze te kunnen gebruiken bij de casusconceptualisatie.
9. Kennis nemen van de functionele testdiagnostiek en de inzetbare meetinstrumenten.

**Doelgroep:**

Klinisch-psychologen, Psychotherapeuten, GZ-psychologen, Psychologen, Gedragswetenschappers, 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.

**Verplichte Literatuur:**

- Jansen, G., & Batink, T. (2022, 8<sup>e</sup> herziene druk). Time to ACT! Het basisboek voor professionals. Uitgeverij Thema.
- Batink, T. (2022). Van Klacht naar Veerkracht; Een training gebaseerd op ACT. Trainershandleiding & Werkboek (eigen beheer).
- Batink, T. & Peeters, P. (2018). Acceptance and Commitment Therapy. Achtergrond, Assessment en Applicatie. De Psycholoog, Juni, pp. 11 t/m 16.
- Hayes, S.C, Strosahl, K.D., & Wilson, K.G. (2012). Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change (2nd edition). New York, NY: The Guilford Press.
- Luoma et al (2017). Learning ACT! Second edition. An Acceptance & Commitment Therapy Skills-Training Manual for Therapists. Oakland: New Harbinger Publications.
- Harris, R. (2019). ACT Made Simple, second edition. A Quick start to ACT-basics and beyond. Oakland: New Harbinger.

**Toetsing:**

Aan het einde van de ACT-opleiding dienen de cursisten een casusbeschrijving in te dienen waarbij men een behandelplan met verschillende ACT-interventies beschrijft.

**Certificaat:**

U ontvangt een certificaat indien u minimaal 90% aanwezig bent geweest en de cursus met goed gevolg hebt afgerond.

**Hoofddocent:**

Dr. Tim Batink

Klinisch Psycholoog, Registerpsycholoog Specialist NIP, Groepstherapeut NVGP, Senior-schematherapeut, Supervisor VGct & ACT-supervisor.

Assistant Professor - Open Universiteit vakgroep Levensloopsychologie