



## ACT in Actie

Hortensiastraat 22  
6301 WX Valkenburg aan de Geul  
Rekeningnummer: NL36RABO0171200721  
KvK nummer: 54589800  
BTW nummer: NL159357792B01

# Basiscursus Acceptance and Commitment Therapy

## Omschrijving:

Deze vijfdaagse geaccrediteerde ACT-cursus is gericht op het bekend maken van hulpverleners met de theoretische basis van Acceptance and Commitment Therapy (ACT), de wetenschappelijke onderbouwing van ACT, alsook de toepassing van ACT in de praktijk. Tenslotte zal er ook aandacht worden besteed aan de functionele diagnostiek, en functionele testdiagnostiek welke in ACT wordt gebezigd. ACT is een experiëntiële vorm van psychotherapie, welke je niet alleen kunt leren middels de ratio maar je ook moet leren middels ervaren. Vandaar dat de deelnemers gedurende de cursus ook ACT gaan toepassen op zichzelf. Uiteraard zullen de deelnemers ook als therapeut actief gaan oefenen met het toepassen van ACT-processen in de klinische praktijk middels rollenspellen. De basiscursus 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:* 7 uur per week, in totaal 35 uur (09:00 – 17:15).

*Zelfstudie-uren:* 8 uur per week, in totaal 44 uur (418 pagina's 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. Bekend raken met functionele diagnostiek en de functionele testdiagnostiek welke binnen ACT wordt gebruikt, en hier zelf mee kunnen werken.

**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. Aanbevolen wordt afgeronde universitaire studie in (geestelijke) gezondheidswetenschappen. De cursus heeft HBO+ / academisch niveau.

**Literatuur:**

Jansen, G., & Batink, T. (2014). Time to ACT! Het basisboek voor professionals. Uitgeverij Thema.  
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.  
Batink, T. (2016). Uit je hoofd, in je Leven; Een training gebaseerd op ACT. Trainershandleiding & Werkboek.

**Toetsing:**

Aan het einde van de ACT-opleiding dienen de cursisten een casusbeschrijving in te dienen waarbij men een uitgebreide functionele analyse, en uitgebreid het behandelplan met verschillende ACT-interventies beschrijven.

**Certificaat:**

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

**Docent:**

Tim Batink, PhD

GZ-psycholoog, Registerpsycholoog NIP, Cognitief Gedragstherapeut VGct, Senior-schematherapeut & ACT-supervisor.

Assistant Professor, Open Universiteit – Levensloopsychologie.