

Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT) – Einführung

Kurzbeschreibung	ACT ist eine transdiagnostische und integrative Form der Verhaltenstherapie, die vor allem auf die Aktivierung und Initiierung von Prozessen im Rahmen von Erleben und Verhalten zur Erweiterung des Verhaltensrepertoires mit größtmöglicher Flexibilität abhängig vom Kontext fokussiert. Es geht darum, die Bereitschaft zu fördern, schmerzvolles Erleben anzunehmen, um wirkungsvolles Handeln zu ermöglichen, das sich auf das richtet, was dem/der Klient*in wirklich wichtig ist. Die Kernprozesse, die flexibles und aktives Erleben und Verhalten aus ACT-Sicht ermöglichen, sind Gegenwärtigkeit im aktuellen Moment, Bereitschaft und Offenheit gegenüber innerem Erleben, kognitive Distanz (Defusion), die Fähigkeit Ich-bezogene Perspektiven zu wechseln, Werte-Kennntnis und -Orientierung sowie werte-engagiertes Handeln. Das therapeutische Vorgehen ist prozessorientiert und dynamisch, die therapeutische Haltung ist gekennzeichnet vom Commitment der/s Therapeut*in für die Werte des/der Patient*in/Klient*in, von Präsenz im therapeutischen Kontakt sowie einer wertschätzenden und offenen Haltung. <u>Literatur:</u> <i>Hayes, Strosahl & Wilson, Akzeptanz- & Commitment-Therapie, 2014, Paderborn: Junfermann</i> <i>Hayes, S., Kurswechsel im Kopf, 2020, BELTZ</i> <i>Harris, R., ACT leicht gemacht, 2020, Freiburg: arbor</i> <i>Walser, R., The Heart of ACT, 2019, New Harbinger</i> <i>Wengenroth, M., Therapietools Akzeptanz und Commitment-Therapie, 2. Auflage 2017, Belz</i>
Zielgruppe	Psychotherapeut*innen, Psycholog*innen (Diplom/Master), Ärzt*innen, Personen, die in der Beratung tätig sind, Student*innen der entsprechenden Fachrichtungen
Lernziele	• Grundlegende Einordnung des Ansatzes i.R. der dritten Welle VT • erfahrungsbasiertes Verständnis des Konzepts und der therapeutischen Sichtweise und Haltung • Anwendungskompetenz konkreter Interventionen
Wesentliche Inhalte/Themen	Im Workshop werden verschiedene Modelle der Konzepte und Prozesse der ACT vorgestellt (z.B. Hexaflex, ACT-Matrix) und mit vielen Übungen der Umgang mit typischen inflexiblen Mustern im Rahmen von "Störungen" (als Manifestationen von Inflexibilität und Rigidität) auf „ACT-Art“ verdeutlicht und trainiert.

Information und Anmeldung

Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT) e. V. - Fort- und Weiterbildung
 Postfach 13 43, 72003 Tübingen; ☎ 07071 94 34-34 📠 07071 94 34-35
 E-Mail: fortbildung@dgvt.de; Internet: www.dgvt-fortbildung.de
 Sprechzeiten: Di und Do: 09:00 – 12:00 Uhr; Di und Mi: 14:00 – 15:30 Uhr

	Worum geht es in der ACT? • Wissenschaftliche und therapietheoretische Grundlage der ACT (Das ACT Modell der Psychopathologie) • Das ACT Modell der Therapie (Hexaflex, Matrix) • ACT in der Praxis (Fallkonzeption, Basisfertigkeiten des/der Therapeut*in)
Methoden	Der Workshop beinhaltet neben theoretischen Input viele Übungen (Einzelarbeit, Dyaden, Kleingruppen), die auch Selbsterfahrung beinhalten; eine grundlegende Bereitschaft der TeilnehmerInnen dafür sollte vorhanden sein. Das Einbringen eigener Fälle ist sehr willkommen.
Referent*in	Mareile Rahming, Dipl.-Psych., Psychologische Psychotherapeutin (Verhaltenstherapie / ACT); Berlin
Kursnummer	66251
Veranstaltungsort	Berlin
Termin	23. – 24. April 2027
Umfang	Das Themenseminar umfasst 16 Unterrichtseinheiten (UE).
Zeiten	Freitag: 14:00 Uhr – 21:00 Uhr Samstag: 09:00 Uhr – 17:00 Uhr
Teilnahmegebühren	302,- Euro (DGVT-Mitglied) Frühbucherpreis bis 26. März 2027: 287,- Euro 393,- Euro (Nicht-Mitglied) Frühbucherpreis bis 26. März 2027: 373,- Euro
Stichwort	ACT Einführung Berlin 27

Information und Anmeldung

Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT) e. V. - Fort- und Weiterbildung
Postfach 13 43, 72003 Tübingen; ☎ 07071 94 34-34 📠 07071 94 34-35
E-Mail: fortbildung@dgvt.de; Internet: www.dgvt-fortbildung.de
Sprechzeiten: Di und Do: 09:00 – 12:00 Uhr; Di und Mi: 14:00 – 15:30 Uhr