

Verhaltenstherapie Ausbildung (ACT)

Akzeptanz- und Commitment Therapie (ACT)

Die Akzeptanz und Commitment Therapie (ACT, sprich: äkt) zählt zu den modernen verhaltenstherapeutischen Verfahren. Sie ist wissenschaftlich in der Behandlung von Depressionen, Angststörungen und chronischen Schmerzen sehr gut evaluiert und erfreut sich immer größer werdender Beliebtheit in Psychotherapie und Coaching.

Als verhaltens- und erlebensorientierte Methode ist sie für Anwender und Klienten leicht erfahrbar und bietet viele praktikable Umsetzungshilfen für den Alltag.

ACT unterscheidet sich von der kognitiven Verhaltenstherapie durch einen anderen Fokus. Dieser liegt nicht auf der Veränderung dysfunktionaler Gedanken, sondern in einer Ausrichtung des Lebens an Werten sowie im Erlernen psychischer Flexibilität, die in Folge einen anderen Umgang mit unangenehmen Gedanken und Gefühlen ermöglicht. Ein weiteres zentrales Element dieses 3. Welle Verfahrens in der Verhaltenstherapie ist Achtsamkeitspraxis.

In dieser 6-tägigen Weiterbildung lernen Sie alle Kernprozesse der ACT mit ihren wissenschaftlichen Grundlagen kennen und setzen diese anhand von zahlreichen Übungen direkt um, so dass Sie am Ende gut ausgestattet mit einem vollen Koffer an Interventionen und Arbeitsmaterialien direkt in die Anwendung starten können.

Die Akzeptanz- und Commitment Therapie als verhaltensorientierte Methode ist in allen Bereichen von Therapie und Coaching einsetzbar. Sie ist als alleinige Arbeitsmethode geeignet und ausreichend. Die Übungen und Sichtweisen können jedoch auch in jede andere Art des therapeutischen Arbeitens integriert werden.

Inhalte der ACT Weiterbildung:

1.Tag

- Wissenschaftliche Grundlagen (Bezugsrahmentheorie)
- Vorstellung des Hexaflex-Modells und der 6 Kernprozesse der ACT
- Vereinfachte Modelle (Matrix, Choice Points)
- Einstieg in eine ACT-Sitzung (Informed Consent & ACT Anamnese)
- Die Bedeutung von Achtsamkeit in der ACT
- Grundlagen zur Wertearbeit

2.Tag

- Achtsamkeitspraxis
- Kernprozess: Werte (Praktische Übungen)
- Kernprozess: Kognitive Defusion (Grundlagen und praktische Übungen)

3.Tag

- Achtsamkeitspraxis
- Kernprozess: Kognitive Defusion (Praktische Übungen)
- Kernprozess: Selbst als Kontext (Grundlagen & praktische Übungen)

4.Tag

- Achtsamkeitspraxis
- Kernprozess: Akzeptanz (Grundlagen & praktische Übungen)

- Kernprozess: Selbstmitgefühl (Grundlagen & praktische Übungen)

5.Tag

- Achtsamkeitspraxis
- Kernprozess: Engagiertes Handeln
- Wiederholung und Vertiefung der Prozesse
- Troubleshooting (Schwierigkeiten in der Therapie überwinden)

6.Tag

- Spezieller Fokus und hilfreiche Interventionen in der Behandlung von:
 - Depressionen
 - Angststörungen
 - Trauma
 - Abhängigkeiten
 - Schmerzen
 - Unheilbaren Erkrankungen
- Erfahrungsaustausch und Fallbesprechungen

Alle Kernprozesse werden mit ihren theoretischen Grundlagen und bewährten Übungen vorgestellt. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auch auf der praktischen Einübung der entsprechenden Psychoedukation. Darüber hinaus werden viele weitere Anregungen für die Umsetzung in die Praxis und Literaturempfehlungen gegeben.

Teilnehmende:

Die Ausbildung richtet sich an alle Heilpraktiker, Coachs und Arbeitende in anderen Heilberufen und solche, die es werden möchten.

Sie findet Online über ZOOM statt und ist auf 12 Teilnehmende beschränkt, damit Sie von einem intensiven Erfahrungsaustausch profitieren.

Sie bringen mit:

Die Bereitschaft zur Mitarbeit in der Gruppe und zum Erfahrungsaustausch sowie psychische Flexibilität ;) (ACT hat eine prozessorientierte und keine manualbasierte Arbeitsweise. Hierdurch wird es zu Überschneidungen von Themen an den einzelnen Seminartagen kommen).

Termine:

Jeweils an Samstagen von 09. - ca. 18.00 Uhr

16.09. 2023

14.10.2023

11.11.2023

09.12.2023

13.01.2024


03.02.2024

Online über Zoom Videokonferenz

Gebühr:

EUR 1.200,-

EUR 1.000,- Teilnehmende der HPP Ausbildung am Institut Ehlert

Ratenzahlung bis zu 5 Raten (Informieren Sie sich unter  [Preise und Konditionen](#))

Bildungsscheck NRW akzeptiert

Gebühreninhalt:

48 Stunden Ausbildung in Verhaltenstherapie (ACT) inkl. aller Präsentationen und Übungen als PDF, Abschlusszertifikat zur Vorlage beim Gesundheitsamt

Kategorie

- ACT Online Verhaltenstherapie Ausbildung (6 TG)

Datum

16.09.2023–03.02.2024

Nummer

115

Zeit

09:00–18:00 Uhr

Ort

Online

Zoom Webkonferenz

Der Link zum Eintritt in die Webkonferenz wird Ihnen rechtzeitig vor dem Seminar per Email zugestellt.

Preis:

Standardpreis

€ 1.200,00

Frühbucher / Teilnehmer

€ 1.100,00

DozentIn

Stefanie Kook

Geschäftsleitung Institut Ehlert und HPP2GO

Dozentin der Heilpraktikerausbildung Psychotherapie

- Heilpraktikerin Psychotherapie
- Geschäftsleitung Institut Ehlert
- Herausgeberin von HPPGO
- Aus- und Weiterbildungen in:
 - ACT Akzeptanz- und Commitment Therapie (INEKO)
 - Integrierende Psychotherapieausbildung (Norman Ehlert)
 - Hypnose Ausbildung (Institut Ehlert)
 - NLP Practitioner (DVNLP) (Institut Ehlert)
 - EMDR-Therapeutin (VDH) (Institut Cristoph Mahr)
 - wingwave Coach (Eilert Akademie)
 - zert. Trophotrainerin (Trophotraining® Institut)
 - Magic Words Trainer (Besser Siegmund Institut)
 - MET Klopftechniken (Franke)
 - Kinesiologin (Brain Gym, Kinergetics, Three-in-One Concepts)
 - Dipl. Aromatherapeutin (IFA)
 - Dipl. Kauffrau
 - Langjährige Erfahrung in eigener Praxis
 - Vortrags- und Seminarleitung

 [Teilnehmerstimmen & Informationen über Stefanie Kook](#)

Angehängte Dateien

- [Verhaltenstherapie_Ausbildung__ACT__Institut_Ehlert_.pdf](#) (105 Ki)

Anmeldung

Die Anmeldefrist für diese Veranstaltung ist leider schon vorbei.

[Zurück zur Übersicht](#)

|