

Warum ACT

- **Wirksamkeit:** Bei einem breiten Spektrum psychischer Erkrankungen nachgewiesen (z.B. Depression, Angststörungen, Schmerzstörungen)
- **Eröffnung neuer Perspektiven:** In schwierigen Therapie-situationen und bei stockenden Therapieprozessen
- **Therapeutische Haltung:** Schmerz ist Teil des menschlichen Lebens. Diese Haltung wird von TherapeutInnen häufig als entlastend erlebt. Das zentrale Ziel ist die Ermöglichung eines sinnerfüllten Lebens im Einklang mit den eigenen Werten. Die Symptomreduktion erfolgt als „Begleiterscheinung“
- **Integrierbarkeit:** Die Inhalte der ACT lassen sich gut mit anderen Therapieelementen kombinieren (z.B. andere Verfahren der „dritten Welle“ der Verhaltenstherapie)



Sie sind interessiert?

Seminarzeiten

Freitag: 14:00–19:00 Uhr
Samstag: 9:00–18:30 Uhr

Teilnahmegebühr

350 € je Seminar
PsychotherapeutInnen in Ausbildung: 250 € je Seminar

Akkreditierung

Die Akkreditierung der Fortbildungsveranstaltung durch die Landespsychotherapeutenkammer Baden-Württemberg ist beantragt. Nach Abschluss der Fortbildungsreihe erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung.

Anmeldung

Per Mail oder telefonisch über die Geschäftsstelle

Kontakt

AWIP Geschäftsstelle
Janina Rötzer
Universitätsklinikum Ulm
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie III
Leimgrubenweg 12-14
89075 Ulm

Tel.: 0731/500-61591
Fax: 0731/500-61592
E-Mail: awip.psych@uniklinik-ulm.de
Web: www.uniklinik-ulm.de/awip



Universitätsklinikum Ulm
www.uniklinik-ulm.de/awip



Akzeptanz- und Commitment-Therapie ACT

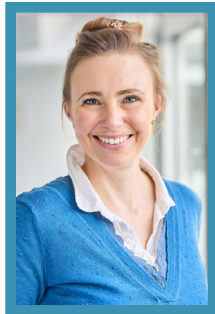
Fortbildungsreihe

Aus- und Weiterbildungsinstitut für Verhaltenstherapie
und angewandte Psychologie am Universitätsklinikum Ulm

Die Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT) zählt zur „dritten Welle“ der Verhaltenstherapie. In der ACT werden Prozesse der Akzeptanz mit Strategien der Werteklä rung und Verhaltensänderung kombiniert. Metaphern, eine erlebnisorientierte Herangehensweise sowie das Prinzip der Achtsamkeit spielen dabei eine bedeutende Rolle.

Unsere Fortbildungsreihe am Aus- und Weiterbildungsinstitut für Verhaltenstherapie und angewandte Psychologie (AWIP) richtet sich an alle KollegInnen, die therapeutisch oder in der Beratung tätig sind (z.B. Psychologische PsychotherapeutInnen, Kinder- und JugendlichenpsychotherapeutInnen, psychotherapeutisch tätige ÄrztInnen, Fachpflegepersonen).

Ihre Dozentin, Frau Dr. Marie Christine Dekoj, ist Psychologische Psychotherapeutin für Erwachsene, Kinder und Jugendliche in eigener Praxis in Ulm. Sie ist langjährig als Dozentin und Supervisorin für ACT in der Aus-, Fort- und Weiterbildung tätig und ehemalige erste Vorsitzende der deutschsprachigen Gesellschaft für Kontextuelle Verhaltenswissenschaften (DGKV).



Dr. Dipl.-Psych.
Marie Christine Dekoj
Dozentin ACT

Bei Interesse rufen Sie uns gerne an oder schreiben Sie uns eine Mail.

Wir freuen uns auf Sie!

Dr. Julia Bosch
Institutsleitung AWIP

20. / 21. September 2024

Einführung in die Akzeptanz- und Commitment-Therapie

Das erste Seminar der Reihe bietet eine Einführung in die Grundlagen der ACT. Es wird verdeutlicht, wie ACT Menschen dabei helfen kann, eine flexiblere Sichtweise auf eigene Verhaltensweisen zu entwickeln, um ein werteorientiertes Leben zu führen. Hierzu werden die einzelnen Elemente der ACT (wie z.B. Akzeptanz, Werte und Achtsamkeit) vorgestellt.

In Rollenspielen besteht die Möglichkeit, die einzelnen Elemente der ACT zu erproben, um einen Transfer in den Arbeitsalltag zu ermöglichen.

Das Seminar findet online über die Plattform Zoom statt.

13. / 14. Dezember 2024

Gedanken loslassen - im Einklang mit den eigenen Werten leben

Das zweite Seminar der Reihe befasst sich vorrangig mit Strategien aus der ACT zum Umgang mit Gedanken. In Gedanken „festzuhängen“ bedeutet, mit Selbstopportunisten oder Glaubenssätzen zu „verschmelzen“. Werteorientiertes Handeln gelingt dann häufig nicht mehr. Ziel der ACT ist es, den Einfluss nicht förderlicher Gedanken auf das Verhalten zu reduzieren. Hierzu ist eine gute Kenntnis der eigenen Werte besonders wichtig.

In Rollenspielen und praktischen Übungen wird erfahrbar gemacht, wie das Loslösen von Gedanken im Sinne der ACT gelingen kann. Hierzu wird auch erprobt, wie Werte erarbeitet und verhaltensleitend genutzt werden können.

Das Seminar findet online über die Plattform Zoom statt.

21. / 22. März 2025

Kreative Techniken in der Psychotherapie - ACT ohne Sprache

Das dritte Seminar der Reihe nähert sich den Elementen der ACT auf eine kreative Weise mit dem Ziel, mehr Leichtigkeit in den therapeutischen Alltag zu bringen. Hierfür soll der bekannte Weg der Sprache verlassen werden. Kreative Techniken für die therapeutische Arbeit werden vorgestellt, wobei insbesondere die therapeutische Beziehung im Mittelpunkt steht.

In Rollenspielen werden Metaphern aus der ACT ohne Sprache erprobt. Dabei stehen die unterschiedlichen menschlichen Sinne (z.B. sehen, hören, fühlen) im Fokus. Der Ausdruck von Erlebtem ohne Sprache über den Körper oder mittels kreativer Techniken (z.B. über Farben, Gestaltung und den nonverbalen Ausdruck) wird geübt.

Das Seminar findet in Präsenz statt.

Veranstaltungsort: Villa Eberhardt
Heidenheimerstraße 80
89075 Ulm

