

Workshop W 2018-2

Titel: Vertiefende Einführung in die Akzeptanz und Commitment-Therapie (ACT)

Leitung: Dipl.-Psych. Johanna Schriefer; Dipl.-Psych. Anne Rotthaus

Die Referentin Johanna Schriefer ist Psychologische Psychotherapeutin, ACT Therapeutin ACBS und Mediatorin. Sie ist tätig in einer Privatpraxis und als Dozenten sowie Lehrtherapeutin (VT) an staatlich anerkannten Ausbildungsinstituten und Supervisorin für Einrichtungen des Gesundheitswesens. Seit 2011 hält sie Vorträge und Workshops zum Thema ACT für verschiedene Berufsgruppen (z.B. Ärzte, Fachtherapeuten, Pflegepersonal, Psychotherapeuten). Neben der Durchführung von Einführungs- und Fortgeschrittenen Workshops befasst sie sich mit den Themen „ACT bei Zwangsstörungen“ und „ACT bei Borderline“ sowie der praktischen Anwendung der Bezugsrahmentheorie im therapeutischen Setting.

Die Referentin Dipl.-Psych. Anne Rotthaus ist Psychologische Psychotherapeutin, ACT Therapeutin ACBS, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin, Ausbildungs- und Ambulanzleiterin am IFT-Nord, staatlich anerkanntes Institut für Aus- und Weiterbildung für Verhaltenstherapie in Kiel, privat praktizierende Psychotherapeutin, Dozentin und Supervisorin (VT) u.a. am Zentrum für Integrative Psychiatrie/UKSH, dem IVPM der Schönklinik Bad Bramstedt sowie auf nationalen und internationalen ACT-Kongressen. Inhaltliche Schwerpunkte: ACT bei Angst- und Zwangsstörungen und die Nutzung von Metaphern und Impacttechniken im therapeutischen Kontext.

Thema:

Die Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT) zählt zu den Verfahren der „dritten Welle“ der Verhaltenstherapie und umfasst ein transdiagnostisches Erklärungs- und Therapiemodell. In dessen Mittelpunkt steht die Förderung der psychischen Flexibilität, d.h. die Fähigkeit das eigene Verhalten den aktuellen Kontextbedingungen anzupassen und nach persönlich bedeutsamen, frei gewählten Werten auszurichten. Statt auf „Symptomreduktion“ zu fokussieren, vermittelt die ACT Fertigkeiten mit schmerzlichen Erlebensweisen annehmend umzugehen, einschränkende, innere Regeln mit Abstand zu betrachten und sich für die persönlichen Werte im Hier und Jetzt stärker zu engagieren.

In diesem Workshop werden die theoretisch-philosophischen Hintergründe, die wissenschaftliche Basis sowie die therapeutischen Kernprozesse der ACT dargestellt. In erfahrungsgeliteten Übungen (Rollenspielen, Fallbeispielen, Selbsterfahrung in Einzelarbeit und in der Kleingruppe) werden therapeutische Methoden und Fertigkeiten vermittelt und eingeübt. Die gewonnenen Erfahrungen und Erkenntnisse werden gemeinsam ausgewertet und diskutiert. Fallbeispiele dienen der Veranschaulichung und können gerne von den TeilnehmerInnen eingebracht werden. Die Seminarinhalte werden den TeilnehmerInnen als Handout aufbereitet zur Verfügung gestellt und weiterführende Literatur zur Ansicht ausgestellt.

Inhalt:

- Theoretisch-philosophischer Hintergrund und wissenschaftliche Basis der ACT
- Modelle der Psychopathologie und der zentralen therapeutischen Prozesse
- Grundhaltung und Kernkompetenzen des Therapeuten
- Übergreifende therapeutische Methoden (Achtsamkeit, Verhaltensanalyse, Kreative Hoffnungslosigkeit, Metaphern, Paradoxien, erfahrungsgeleitete Übungen)
- Fallkonzeption

Form: Vortrag zur theoretischen Einführung, Selbsterfahrung, Gruppenübungen, Kleingruppenarbeit, Rollenspiel, Reflektion

Zielgruppe:

Zu dieser Veranstaltung sind alle an der therapeutischen Haltung und den Methoden der ACT interessierten Personen (Ärzte, Fachtherapeuten, Co-Therapeuten/ Pflegekräfte oder Psychotherapeuten, Coaches, Sozialarbeiter...) herzlich eingeladen. Der Workshop richtet sich an „Einsteiger“ als auch an diejenigen, die ihre ersten Erfahrungen mit ACT vertiefen möchten. Fragen, eigene Beispiele und die Bereitschaft ACT erlebnisnah kennenzulernen sind erwünscht.

Die Akkreditierung durch die Ärztekammer bzw. Psychotherapeutenkammer Hamburg ist beantragt.

Zeit: 05.-06.02.2018, (Mo. + Di. 10:00 - 18:00 Uhr)

Kosten: EUR 290,-- (Studierende 50%, sofern Plätze frei sind)