

Kurze Einführung in die „ACT – Basics“

mit Herbert Assaloni und Jan Martz

Donnerstag 30. November 2017, 14:00 – 17:30 Uhr

Bildungswerkstatt ACT, Praxis zum beherzten Leben, Winterthur

für Therapeuten und alle, die in medizinischen und sozialen Berufen tätig sind
und ACT näher kennen lernen möchten.

ACT (Akzeptanz- und Commitment-Therapie) ist eine Weiterentwicklung der klassischen Verhaltensanalyse, die bei verschiedensten psychologischen Problemen gute Erfolge nachweisen kann. Mit ACT lernen Menschen, ihre Beziehung zu schwierigen inneren Erfahrungen flexibler zu gestalten und in Anwesenheit solcher Erfahrungen werteorientiertes Handeln zu wählen. Dieser Prozess wird in einem wertschätzenden therapeutischen Rahmen mit Hilfe von Metaphern und Übungen erfahrungsorientiert entwickelt. Dazu gehören Training von Achtsamkeit und Perspektivenwechsel, sowie das Formulieren persönlicher Werte. Neues Verhalten in Richtung dieser Werte wird mit Absicht aufgebaut.

Literatur: Michael Waadt, Jan Martz, Andrew Gloster (Herausgeber) „Arbeiten mit ACT – ein Fallbuch“, Hogrefe Verlag, 2015

„**ACT Basics**“ richtet sich an Interessierte, die eine kurze Einführung in die Haltung und relevanten Prozesse der ACT wollen und ist auch als Vorbereitung für das vertiefende ACT Training vom 1./2. Dezember 2017 geeignet. Wir werden an diesem Nachmittag wichtige Begriffe erklären und mittels einfacher Übungen erlebbar machen. Auf die philosophischen und verhaltensanalytischen Grundlagen wird ebenfalls eingegangen werden.

Zeiten: 14:00 bis 17:30 Uhr
Veranstaltungsort: Praxis Zum beherzten Leben (1. OG)
Lindstrasse 39 - 8400 Winterthur
Kosten: SFr. 150.-

Für weitere Auskünfte stehen wir Ihnen wie folgt immer gerne zur Verfügung:

Das Fachliche betreffend:

- Dr. med. Herbert Assaloni, herbertassaloni@bluewin.ch, 078 878 44 83
- Dr. med. Jan Martz, jan.martz@bluewin.ch, 079 271 23 08

Das Organisatorische betreffend:

- Liza Glauser, act.tage@bluewin.ch, 044 886 69 78

Anmeldungen werden ab sofort entgegengenommen - die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen beschränkt.



Anmeldeformular

Name, Vorname _____

Beruf _____

Klinik / Institution _____

Strasse / PLZ / Ort _____

Telefon / Mobile _____

E-mail _____

Datum _____

Unterschrift _____

Ich melde mich an für :

- Workshop ACT Basics vom 30. November 2017
- das anschliessende ACT Training vom 1. Und 2. Dezember 2017
- ich bin StudentIn
- ich bevorzuge vegetarische Verpflegung
- ich benötige Informationen über Unterkunftsmöglichkeiten

Rücktrittsbedingungen

Bei Abmeldung bis 30 Tage vor der Veranstaltung werden die Teilnahmekosten unter Abzug einer Bearbeitungsgebühr von 10% zurückerstattet. Nach diesem Termin ist keine Rückerstattung mehr möglich.

Bitte füllen Sie das Anmeldeformular vollständig aus und schicken Sie es baldmöglichst unterschrieben an folgende Adresse:

Bildungswerkstatt ACT, Liza Glauser, Alte Landstrasse 28, CH-8193 Eglisau,
act.tage@bluewin.ch