

3-teilige AVM-Fortbildung

30.9.,
28.10.,
9.12.2022
je 9-17 Uhr

ACT – Acceptance and Commitment Therapy mit Nathali Klingen

Als Therapieform schlägt die ACT ganz neue Wege ein. Das Ziel: ein zufriedenes und erfülltes Leben, trotz und mit bestehenden psychischen und anderen Problemen. Im Vordergrund steht nicht die Überwindung von Symptomen, sondern die persönlichen Werte und Ziele des Klienten.

Der 1. Workshop-Tag dreht sich um Grundlagen und Anwendungen der ACT. Dabei wird das Modell der sechs Kernprozesse (Hexaflex) erläutert und es werden zentrale ACT-Strategien sowie Metaphern vermittelt. ACT ist eine erlebensorientierte Methode und lässt sich am besten durch Umsetzung der Ansätze im eigenen Leben anwenden.

Der 2. Workshop-Tag dient daher schwerpunktmäßig der Selbsterfahrung. Themen sind u.a. persönliche Werte, individuelle Hindernisse und Barrieren sowie Leitbilder und Selbstkonzepte als Ärztin/Arzt oder Therapeut*in.

Der 3. Workshop-Tag ist der Arbeit mit Patienten gewidmet. Es werden weitere erlebensorientierte Techniken vorgestellt und ausprobiert. Anhand eigener Patientenbeispiele wird der Umgang mit schwierigen Situationen und typischen „Fallen“ geübt.

Die beiden letzten Teile haben Supervisionscharakter. Hier sind Sie aufgefordert, eigene Fälle einzubringen. Dabei bietet sich viel Raum für Rollenspiele, Übungen und insbesondere auch für Fragen wie:

- Welche Werte habe ich als Therapeu*in?
- Wie bringe ich sie in meine Arbeit ein?
- Was leitet mein therapeutisches Handeln?
- Wann greifen meine eigenen Denkfallen?
- Wo bleibe ich mit den Patienten „stecken“?
- Was hat das mit mir zu tun?

Die drei Kursteile sind aufeinander aufgebaut und können nur als Ganzes gebucht werden. Zwischen den Terminen ist jeweils genügend Zeit, um das Gelernte in die Praxis umzusetzen. Let's ACT!

Dozentin: Dr. Nathali Klingen

Frau Klingen ist als Psychologische Psychotherapeutin in eigener Praxis in München tätig. Sie arbeitet seit 2006 mit ACT und hat langjährige Erfahrung in der ZEN-Meditation. Als Spezialistin für Angst, Depressionen und Burnout verwendet sie oft achtsamkeitsbasierte Verfahren in der Therapie.

Kosten für den 3-teiligen Kurs,

inkl. Arbeitsmittel und Kaffeepausen:

AVM Mitglieder 480.-€, Nichtmitglieder 570.-€

Das Buch "Let's ACT" Akzeptanz- und Commitment-Therapie für Gruppen" von Dr. Nathali Klingen ist in den Kosten der Fortbildung enthalten.

