



ausgebucht

ACT - Akzeptanz- und Commitmenttherapeutische Ansätze in der Familienberatung

Der therapeutische ACT-Ansatz verbindet verschiedene psychotherapeutische Elemente miteinander. Achtsamkeitsübungen zum Gewahrsein des gegenwärtigen Augenblicks werden verbunden mit selbstwertstabilisierenden Methoden. Kognitive Strategien werden vermittelt und die Akzeptanz von nicht veränderbaren Zuständen thematisiert. Engagiertes Handeln wird in Verbindung mit eigenen Werten gefördert. Ziel der therapeutischen ACT-Methoden ist eine psychische Flexibilität als übergreifendes Modell gesunder Handlungsfähigkeit des Menschen. Verschiedene Methoden werden vorgestellt und ihre Anwendung auf Beratungsprozesse ausprobiert.

Veranstaltungsnummer	Tagung 2020.1	
Beginn	18.06.2020 09:00 Uhr	
Ort	AWO-Zentrum für Erziehungs- und Familienberatung Seesen	
Teilnahmegebühr für Mitarbeiter*innen		0 €
Teilnahmegebühr für Externe		0 €
Dauer	9.00 bis 17.00 Uhr	

[Auf die Warteliste >>](#)

 [als PDF exportieren](#)