

Acceptatie en Commitment therapie in de praktijk



Taal:	Nederlands
Auteur:	Robert Harris
ISBN:	9789079729180
Verschenen:	01-03-2010
Genre:	Psychologie
Bladzijden:	296 pp.
Uitgever:	Hogrefe Uitgevers BV

[Acceptatie en Commitment therapie in de praktijk.pdf](#)

[Acceptatie en Commitment therapie in de praktijk.epub](#)

Dit boek is alles wat je nodig hebt om stap voor stap met ACT aan de slag te gaan. Acceptatie en commitmenttherapie (ACT) is een bewezen effectieve behandeling van depressie, angst, stress, verslaving, eetstoornissen, schizofrenie, borderline en ander psychisch lijden. De laatste jaren zijn er dan ook talloze publicaties over ACT verschenen. Helaas zijn vele daarvan tamelijk complex en theoretisch. Acceptatie en commitmenttherapie in de praktijk is een uiterst toegankelijke introductie op deze indrukwekkende therapievorm. In een onderhoudende stijl en met zo min mogelijk jargon legt Russ Harris de onderliggende processen uit en beschrijft hij de belangrijkste behandelstrategieën en -technieken. Letterlijke transcripties van therapie sessies en talloze oefeningen, metaforen en werkbladen maken dit boek de ideale manier om ACT sessie voor sessie in de praktijk toe te passen. Russ Harris is buitengewoon goed in het opsporen van nodeloze complexiteit en kan ingewikkelde klinische ideeën op een toegankelijke manier presenteren. Acceptatie en commitmenttherapie in de praktijk is ACT. Dit boek is helder van begin tot eind. Steven Hayes Acceptatie en commitmenttherapie is de ideale introductie voor therapeuten die kennis willen maken met ACT. Maar ook voor meer gevorderden biedt het inspirerende nieuwe inzichten en handvatten. * □ Leer de zes kernprocessen van ACT toepassen * □ Creëer je eigen mindfulness technieken * □ Overwin weerstand en motiveer zelfs de meest ongemotiveerde cliënten * □ Gebruik ACT-technieken om daadwerkelijk gedragsverandering te bereiken * □ Bouw sterke therapeutische relaties op. Russ Harris is arts, therapeut en coach. Hij is in ACT getraind door de grondleggers Steve Hayes, Kelly Wilson en Kirk Strosahl.

Zijn ACT-workshops aan psychologen, psychiaters, therapeuten en coaches worden internationaal zeer gewaardeerd.