Kursusforløb i Acceptance and Commitment Therapy (ACT)

Herning Kommune inviterer sundhedsfaglige medarbejdere til et praksisnært 5-dages kursusforløb i Acceptance and Commitment Therapy (ACT). Kurset giver en anvendelig forståelses- og samtalemodel til arbejdet med borgere i sundhedsfremme, genoptræning og rehabilitering.

Hvad er ACT?

ACT er en evidensbaseret tilgang, der hjælper fagprofessionelle med at støtte borgere i at håndtere modgang, forandringer og nye begrænsninger – med fokus på værdier, accept og engageret handling.

Hvad får du ud af kurset?

På kurset får du konkrete redskaber til at anvende ACT i individuelle samtaler, på hold og i tværfagligt samarbejde.

- Støtte borgere med fx kronisk sygdom, smerter eller livsforandringer.
- Udforske værdier, motivation og handlemuligheder i praksis.
- Arbejde med accept-baserede strategier som alternativ til kontrol og undgåelse.

Undervisningen

Undervisningen veksler mellem korte oplæg, øvelser, træning i små grupper og refleksion over anvendelse i egen praksis. Deltagerne arbejder aktivt mellem undervisningsdagene.

Underviseren

Underviser er Vibeke Bie, klinisk psykolog og specialist i psykoterapi med voksne. Hun har bred erfaring med ACT i sundhedspsykologiske indsatser, bl.a. fra Livsstilscenter Brædstrup, Lægernes Uddannelses Forening og REHPA.

Praktiske oplysninger

Omfang	5 kursusdage fordelt på 2 + 2 + 1 undervisningsdage
Deltagerantal	Max. 20 deltagere
Modul 1	3. - 4. december 2026
Modul 2	28. - 29. januar 2027
Modul 3	25. februar 2027
Tidspunkt	Kl. 8.30–15.30
Sted	Herning – lokation oplyses senere
Pris	Ca. 6.500 kr. + moms inkl. forplejning
Tilmelding	Sendes til Hanne Volsgaard, faglig leder, Herning Kommune Tilmelding med navn, mailadresse og EAN nr.
Kontakt	gophv@herning.dk