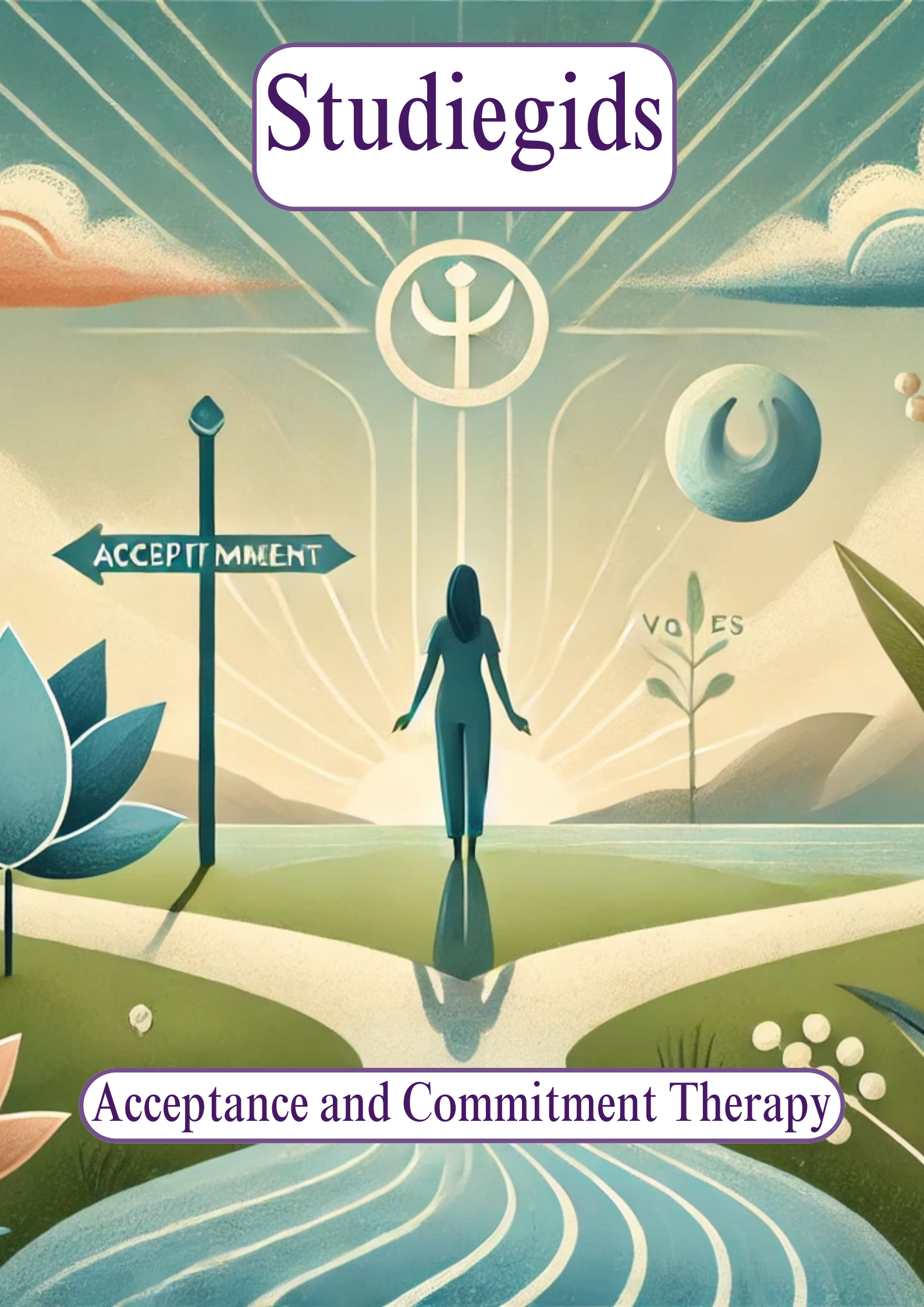


Studiegids

A surreal landscape illustration. In the center, a person in a dark blue jumpsuit stands with their back to the viewer, looking towards a bright, glowing horizon. To the left, a dark blue signpost with two arrows points in opposite directions; the right arrow is labeled 'ACCEPTMENT'. Above the person, a large, glowing yellow circular symbol with a stylized figure inside hangs in the sky. To the right, a small green plant with three leaves is labeled 'VOICES'. The background features rolling hills, a large blue crescent moon, and a sky with stylized clouds and radiating lines. The overall color palette is dominated by blues, greens, and yellows.

Acceptance and Commitment Therapy

Inhoudsopgave

1. Praktijkgerichte professionaliseringsdagen

2. Acceptance and Commitment Therapy

- Inleiding
- Programma
- Doelstelling(en)
- Leерuitkomsten

3. Voor wie

- Specialisatie en doorgroeimogelijkheden
- Extra informatie

4. Trainer(s)

- De trainer(s)

5. Accreditaties

- Accreditatie aanvragen
 - Vakgerichte trainingen
 - Medische- en Psychosociale basiskennis

6. Reviews

7. Agenda

- Aankomend data

8. Contactinformatie

- Locaties
- Hoe ons te bereiken



Praktijkgerichte professionaliseringsdagen

Bij BivT draait alles om praktijkgericht leren. Tijdens de praktijkprofessionaliseringsdagen werk je actief met nieuwe methoden en technieken. Je oefent op realistische casussen en krijgt direct toepasbare tools voor jouw werk. Zo blijf je groeien en verdiep je jouw deskundigheid.

Diverse trainingsvarianten

BivT biedt trainingen in diverse vormen, zodat jij kunt kiezen wat bij je past. *Alle trainingen maken gebruik van de MijnBivT leeromgeving – van voorbereiding tot toetsing, evaluatie, naslagwerk en certificaat.*

Fysiek op locatie

Je volgt de training in kleine groepen op een inspirerende locatie. Persoonlijke aandacht, interactie en oefenen staan centraal.

Live online via Zoom

Je neemt live deel vanuit je eigen omgeving. De training is interactief, met ruimte voor vragen, oefeningen en contact met de trainer en deelnemers.

Thuisstudie (e-learning)

Je volgt de training in je eigen tempo via onze digitale leeromgeving. Met meerdere videolessen, bijlagen en opdrachten.

In het kopje ‘Agenda’ onderaan deze studiegids vind je de link naar de actuele trainingsdata en trainingsvarianten.



Acceptance and Commitment Therapy

Acceptance and Commitment Therapy (ACT) is een wetenschappelijk onderbouwde, derde generatie gedragstherapie. ACT helpt mensen om op een flexibele manier om te gaan met moeilijke gedachten en gevoelens, en tegelijkertijd te focussen op de dingen die écht belangrijk zijn. De methode combineert mindfulness met gedragsveranderingstechnieken en richt zich op zes kernprocessen: acceptatie, defusie, het zelf als context, het hier en nu, waarden en toegewijde actie.



Acceptance and Commitment Therapy

Programma

Dag 1:

Introductie ACT en theoretische achtergrond

De zes kernprocessen van ACT

Acceptatie en defusie: omgaan met gedachten en gevoelens

Praktijkoefeningen

Dag 2:

Waarden en toegewijde actie: richting geven aan gedrag

Zelf als context: omgaan met het eigen perspectief

Ervaringsgerichte oefeningen

Toepassing in de praktijk

Dag 3:

Integratie van ACT in de eigen werkwijze

Casuïstiekbespreking en intervisie

Verdieping van ACT-technieken

Praktische toepassing en oefensessies

Dag 4:

Evaluatie en reflectie

Individuele en groepsopdrachten

Afronding en certificering

Doelstelling

Er wordt gewerkt aan de volgende competenties:

- Inzicht verkrijgen in de zes kernprocessen van ACT
- Praktische vaardigheden ontwikkelen om ACT toe te passen
- Effectieve ACT-interventies leren inzetten binnen de eigen beroepspraktijk
- Cliënten begeleiden naar meer psychologische flexibiliteit

Inhoudelijk tijdens de training

- De theoretische basis en wetenschappelijke onderbouwing van ACT
- Het oefenen met de zes kernprocessen
- Ervaringsgerichte oefeningen en casuïstiekbesprekingen
- De vertaling van ACT naar de praktijk
- Persoonlijke ontwikkeling en zelfreflectie als professional

Praktijkgerichte dagen

De training bestaat uit vier praktijkgerichte dagen waarin theorie en toepassing worden gecombineerd. Deelnemers krijgen de mogelijkheid om ACT-technieken direct te oefenen en toe te passen binnen hun eigen praktijk of werkomgeving.



Voor wie

Deze specialisatie richt zich op leden van beroepsverenigingen uit zowel de complementaire als reguliere zorgverlening. Denk hierbij aan psychologen, therapeuten, coaches, counselors, psychosociaal hulpverleners, maatschappelijk werkers, artsen, hypnotherapeuten, regressietherapeuten en andere paramedici.

Om deel te nemen, dien je minimaal een 3-jarige specialisatie op HBO-niveau in complementaire en/of reguliere zorgverlening afgerond te hebben. Daarnaast moet je lid zijn van een beroepsvereniging en/of werkzaam zijn binnen een zorginstelling.

Indien je geen lid bent van een beroepsvereniging, maar wel werkzaam bent voor een zorginstelling, dient je leidinggevende schriftelijk garant te staan voor je deelname en uitvoerende werkzaamheden. In verband met de nieuwe wetgeving Wkkgz is het van belang dat je beroepsvereniging is aangesloten bij een koepelorganisatie.



Voor wie

Extra's voor deelnemers bij BivT

Bij BivT krijg je méér dan alleen een training. Of je nu kiest voor een fysieke training, een online Zoom-training of een thuisstudie: elke leerroute wordt ondersteund met extra's die jouw leerervaring verrijken. Dit zit er allemaal bij inbegrepen:

E-learning / Online Leeromgeving

Iedere training of thuisstudie wordt aangevuld met een overzichtelijke en praktijkgerichte online leeromgeving, inclusief:

- **Aparte lessen per thema:** leer in je eigen tempo via overzichtelijke modules.
- **MC-toets:** om je kennis te verdiepen en te borgen, op een moment dat het jou uitkomt
- **Naslagwerk en extra's:** hand-outs, literatuurtips, video's en tools.
- **Certificaat:** na afronding direct te downloaden



Trainers

Ingrid Dignum

Sinds 1996 werkzaam als Eclectisch Psychotherapeut in haar eigen praktijk. Daarnaast geeft zij al vele jaren trainingen op het gebied van Persoonlijke ontwikkeling en Leiderschap aan individuen en teams voornamelijk in de zorg. Haar liefde voor ACT en Mindfulness is ontstaan na de opleidingen bij See True. Vooral de concrete ervaringsgerichte oefeningen, de vele metaforen en de humor die hier een rol bij spelen spreekt haar enorm aan. Ze houdt ervan vele anderen te inspireren om bij zichzelf of cliënten mentale veerkracht te vergroten en ACTie te ondernemen richting een Waardevol Leven.



Accreditaties

Erkende Kwaliteit Accreditaties voor Vakgerichte en MBK/PsBK Trainingen

BivT vraagt accreditatie aan voor zowel vakgerichte als MBK/PsBK-trainingen en vermeldt duidelijk op de website of het om medische- of psychosociale basiskennis gaat. Als dit niet vermeld staat, betreft het een vakgerichte training.

BivT is een erkend bij- en nascholingsinstituut dat al meer dan 20 jaar actief is. Het biedt geaccrediteerde trainingen op Post HBO- niveau en ondergaat jaarlijkse audits om de kwaliteit te waarborgen. Deelnemers kunnen er zeker van zijn dat de trainingen voldoen aan de hoogste professionele standaarden. De training is bij vele instanties en beroepsverenigingen erkend en/of geaccrediteerd. Zie hiervoor de websitepagina (zie ook ons accreditatiebeleid).

Wat Beoogt een Vakgerichte en MPsBK Training voor Jouw Groei?

Een vakgerichte training richt zich op specifieke vaardigheden en kennis binnen een bepaald vakgebied, zoals EMDR, ACT of lichaamsgerichte methodieken. Deze trainingen zijn direct toepasbaar in het werk van zorgverleners.

Een medische- of psychosociale basiskennis (MBK/PsBK) training biedt fundamentele kennis over het menselijk lichaam, de psyche en hun interactie. Het helpt zorgverleners om lichamelijke en psychologische processen beter te begrijpen en signalen van cliënten te herkennen.

** Mocht jouw beroepsvereniging de training wel erkennen en/ of accrediteren zonder dat dit op de website staat, dan horen wij dat graag van je!*

Disclaimer: BivT stelt deze informatie met grote zorg samen, maar het komt voor dat onze lijst niet compleet is. Wij vragen dus altijd aan jou, voordat je deelneemt aan de training om bij je eigen beroepsvereniging(en) te controleren of de training geaccrediteerd en/ of erkend is.



Reviews

De ACT-training bij BIVT was een waardevolle ervaring. De combinatie van theorie en praktijk zorgde ervoor dat de methodiek goed te begrijpen en direct toepasbaar was. De trainer creëerde een prettige leeromgeving en gaf duidelijke uitleg. Er was voldoende ruimte om casussen te bespreken en ervaringen te delen. Ik heb veel geleerd over hoe ik ACT in mijn werk kan gebruiken en hoe het cliënten kan helpen bij psychologische flexibiliteit. Een zinvolle training voor iedereen die met gedragsverandering werkt.

Deze training gaf een diepgaand inzicht in Acceptance and Commitment Therapy. De oefeningen hielpen om de theorie echt te ervaren en beter te begrijpen. De trainer bood veel praktische voorbeelden, waardoor de stof goed aansloot bij de praktijk. Er was veel ruimte voor interactie en persoonlijke vragen, wat de leerervaring versterkte. Ik heb geleerd hoe ik ACT op een effectieve manier kan toepassen in mijn werk. Een waardevolle aanvulling voor professionals in de zorg.



Agenda

Acceptance and Commitment Therapy

Klik op deze link voor meer informatie over de dagen dat deze training wordt gegeven.

[Klik hier voor de agenda](#)



Contactinformatie

Locaties



Heemskerk | BivT hoofdlocatie



Zaltbommel | BivT locatie



Amersfoort | BivT locatie



Online zoom en thuisstudie

Hoe ons te bereiken

24/7 per email | secretariaat@bivt.nl

