

# Boek: ACT met hoofd en hart

---

Acceptance and Commitment Therapy (ACT) wordt voor steeds meer problematieken gebruikt, zoals chronische pijn, depressie, eetbuien en psychose. Het protocol voert daarbij steeds vaker de boventoon en dat vormt een belemmering om ACT in zijn volle reikwijdte te kunnen inzetten. De context van de cliënt moet centraal staan. Dit boek gaat daarom terug naar de basis en stelt een procesgerichte benadering van ACT voor waarbij het welzijn van zowel cliënt als therapeut het uitgangspunt is.

## Terug naar de basis

Acceptance and Commitment Therapy (ACT) is een vorm van gedragstherapie die sterk leunt op concepten uit de Relational Frame Theory (RFT). Met *ACT met hoofd en hart* gaan de auteurs terug naar de basis: ACT weer verbinden met haar gedragstherapeutische roots en met de belangrijkste basisconcepten uit de RFT. Dit resulteert in een procesgerichte benadering van ACT waarbij het welzijn van zowel cliënt als therapeut het uitgangspunt is.

## Procesgericht werken met ACT

Door de beweegredenen achter het gedrag van een cliënt beter te leren begrijpen, kan de therapeut interventies aanpassen aan de specifieke situatie van deze cliënt. Deze focus op maatwerk nodigt de therapeut uit zich meer in te leven in het verhaal en de wereld van cliënt, waardoor ook de therapeutische relatie verbetert. De hoofdstukken zijn opgebouwd rond zeven componenten van ACT. Elk hoofdstuk bevat oefeningen en interventies waarmee de therapeut hoofd (wetenschap) en hart (praktijk) van ACT kan verbinden.

Meer informatie / bestellen en bron:

[ACT met hoofd en hart | Bruyninx, Barnes-Holmes, McEnteggart, Thewissen, Vleugel | 9789024448753 | Boom Psychologie](#)