

## Einladung Gruppenleitungs-Arbeitstagung I

<b>Wann:</b>	<b>28.04.2023 bis 30.04.2023</b>	
<b>Wo:</b>	<b>Schönstatt-Zentrum Marienfried Bellensteinstraße 25, 77704 Oberkirch</b>	
<b>Thema:</b>	<b>ACT-Matrix</b>	
<b>Referent(in):</b>	<b>Dr. Klaus Ackermann, Median Klinik Wilhelmsheim</b>	
<b>Leitung:</b>	<b>Bernd Galowski, 1. Vorsitzender</b>	
<b>Kosten:</b>	<b>Pauschal</b>	<b>60,00 €</b>

Liebe Weggefährtinnen, liebe Weggefährten,

zur Gruppenleitungs-Arbeitstagung lade ich recht herzlich ein. Die Tagung beginnt am Freitagabend um 18:00 Uhr mit dem gemeinsamen Abendessen und endet am Sonntag nach dem Mittagessen um ca. 13:00 Uhr.

Anmeldungen werden entgegengenommen vom 20.02.2023 bis zum 05.04.2023.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

Mit freundlichen Grüßen



Bernd Galowski  
1. Vorsitzender

**Anmeldungen per E-Mail an**  
oder per Post an

**seminare@kreuzbund-dv-freiburg.de**

Roland Wagner, Karl-Hermann-Zahn-Str. 34, 69168 Wiesloch

## Seminarbeschreibung



Der Akzeptanz- und Commitment-Ansatz (Hayes et al. [1]) ist Teil der dritten Welle der Verhaltenstherapie. Ausgehend von den richtungsweisenden Wertvorstellungen einer Person sollen psychische Flexibilität und Gesundheit (das gute Leben, vergleiche Ackermann & Romanczuk-Seiferth [2]) entlang der Dimensionen Achtsamkeit, Bereitschaft und Commitment gefördert werden. Dies beinhaltet insbesondere, mit Klienten zu klären, welche Themen, Beziehungen und Aktivitäten für die persönliche Lebensführung handlungsleitend sein sollen, und diese engagiert verfolgen zu können, auch wenn belastende Gedanken und Gefühle auftauchen und zunächst als Hürden erlebt werden.

Das ACT-Prozessmodell (Hexaflex) umfasst sechs grundlegende Kernaspekte eigenen Erlebens und Verhaltens (Akzeptanz, Fusion, Gegenwärtigkeit, Selbsterleben, Werte und engagiertes Handeln). Damit ist es möglich, Abhängigkeitsverhalten und andere Beeinträchtigungen des Erlebens und Verhaltens prozessual ganzheitlich zu erfassen. Diese Prozesse wahrzunehmen, hilft uns, Erleben und Verhalten so zu verändern, dass es wir uns auf das hinbewegen, was uns von Herzen wichtig ist. Mit der ACT-Matrix (Polk et al. [3]) steht ein Werkzeug zur Verfügung, das als ACT für die Westentasche oder als ACT – klinisch kompakt bezeichnet werden kann. Die Matrix dient dabei gewissermaßen als visuelles Navigationssystem für eigenes Erleben und Verhalten, das eingeübt und automatisiert werden kann. Im Seminar werden wir die 6 ACT-Kernprozesse und die ACT-Matrix kennenlernen. Dabei soll auch dargestellt werden, wie die Matrix in Gruppen dargestellt und eingeübt werden kann.

### Wirksamkeitsnachweise

Es liegen aktuell drei Metanalysen zu ACT in der Behandlung von Abhängigkeitsstörungen vor. Fasst man diese Metanalysen zusammen, so kommt die Wirksamkeit von ACT bei stoffgebundenen Abhängigkeitserkrankungen denen anderer kognitiver und behavioraler psychotherapeutischer Verfahren gleich, wobei die Datenbasis allerdings noch limitiert erscheint (siehe auch Ackermann & Romanczuk-Seiferth [2]).



### Sonstiges

ACT-basierte Konzepte sind nicht allein auf herkömmliche Behandlungssettings beschränkt geblieben. Mit ACT Peer Recovery hat sich in Teilen Englands ein Programm etabliert, in dem in Genesung befindliche Betroffene bei regelmäßigen Gruppentreffen - ähnlich wie sonst in Selbsthilfegruppen - ein auf ACT-Inhalten basierendes Schulungsprogramm durchlaufen, um ihr Wissen anschließend als Coaches in regelmäßigen Gruppentreffen an andere Betroffene weiterzugeben (Webster [4]).

### Literatur

- [1] Hayes S.C., Strosahl K.D., Wilson K.G.; Akzeptanz- und Commitment-Therapie: achtsamkeitsbasierte Veränderungen in Theorie und Praxis; Junfermann, Paderborn (2014). ISBN 978-3-87387-891-4
- [2] Ackermann, K., Romanczuk-Seiferth, N.; ACT bei Abhängigkeitserkrankungen. Manuskript eingereicht zur Veröffentlichung.
- [3] Polk, K.L., Schoendorff, B., Webster, M., Olaz, F.; Praxishandbuch ACT-Matrix. Schritt für Schritt zur Anwendung in der klinischen Praxis. Springer-Verlag, Berlin (2019). ISBN 978-3-662-59415-5
- [4] Webster M. Rolling out the Matrix. Rolling Back Addiction In Polk K., Schoendorff B (Hrsg.) The ACT matrix: A new approach to building psychological flexibility across settings and populations; New Harbinger, Oakland, CA, USA (2014) S. 77–91. ISBN 978-1-608-82923-1

## Anfahrt

	Von der A5 Abfahrt Appenweier auf der B28 in Richtung Freudenstadt/Oberkirch fahren. In Oberkirch der B28 folgen bis Marienfried angeschrieben ist, danach der Beschilderung folgen.
	Am Hauptbahnhof Offenburg aussteigen. Von dort aus mit der Ortenau-S-Bahn (OSB) Richtung Bad Grießbach fahren. An der Station Oberkirch aussteigen.