



FRYDENLUND

Pressemeddelelse



Relationen som terapeutisk redskab i ACT

Ny praksisnær bog viser vej til dybere relationer i ACT (Acceptance and Commitment Therapy) – og dermed en mere effektfuld terapi.

ACT er kendt for sine effektive øvelser og metaforer, men det, der virkelig kan skabe forandring hos klienten, er relationen:

»Det er vigtigt ikke at miste sig selv i teknikkerne og glemme at bygge den nødvendige relationelle bro til klienterne. Selvom øvelserne og metaforerne er vigtige, er det fundamentet af en stærk terapeutisk alliance, der virkelig bærer forandringen frem. Uden en solid relation falder selv de mest raffinerede øvelser til jorden. Terapiens mål er ikke blot at anvende bestemte teknikker, men at hjælpe mennesker med at navigere gennem deres livs udfordringer på en meningsfuld måde, hvilket kræver tillid, forståelse og en stærk relation mellem terapeut og klient.«

Sådan skriver forfatterne i **Den terapeutiske relation i ACT** – en bog, der viser, hvordan man som ACT-terapeut kan opbygge og styrke en meningsfuld terapeutisk alliance, så terapien bliver mere effektiv og engagerende for klienten. Læseren lærer, hvordan relationen kan fungere som et terapeutisk redskab, og hvordan man håndterer og reparerer brud i alliancen, samt hvordan relationen kan anvendes som en drivkraft i udviklingen. Samtidig sættes der også fokus på at balancere ACT's teknikker med relationel dybde, så terapeuten kan arbejde fleksibelt og skræddersy sin tilgang til den enkelte klient.

Bogen inkluderer mange praksisnære case-eksempler fra forfatternes egen praksis og henvender sig til alle terapeuter, uanset om man er ny eller erfaren i ACT.

Morten Hedegaard er psykolog og en af Danmarks førende specialister inden for ACT. Han har en omfattende efteruddannelse og har modtaget supervision fra nogle af de mest anerkendte eksperter i feltet, herunder Robyn Walser.

Philip Harrill Skovgaard er klinisk psykolog og arbejder til dagligt med udredning og behandling af en lang række psykologiske problemstillinger. Han er efteruddannet inden for kognitiv terapi med speciale i ACT.



Den terapeutiske relation i ACT – en praksisnær guide

Morten Hedegaard og Philip Harrill Skovgaard

FAKTA

238 sider
Hæftet med flapper
299,95 kr. (vejl.)

UDKOMMER

31. marts 2025

For yderligere oplysninger eller kontakt med forfatteren er du velkommen til at kontakte Sandra Quist Lund. Information ses nedenfor.

Alhambravej 6 | 1826 Frederiksberg C | Telefon 3318 8131 | E-mail: sandra@frydenlund.dk | CVR: 2885 6679