

**Tijd van Leven, een groep gebaseerd op Acceptance and Commitment therapie**

*Prof. Dr. Marije van der Lee, hoofd Wetenschappelijk onderzoek, gz-psycholoog, cognitief gedragstherapeut & Drs. Martijn van der Kerkhof, gz-psycholoog, Helen Dowling Instituut*

Steeds vaker zijn er medische behandelingen voor mensen met uitgezaaide kanker; vaak betrekkelijk nieuwe of experimentele behandelingen. Dit is een enorme vooruitgang, veel mensen krijgen hierdoor meer tijd van leven, vaak in een redelijk goede lichamelijke conditie. Tegelijkertijd vraagt dit veel van de veerkracht van deze mensen; hoe pak je de draad van je leven weer op terwijl er zoveel onzekerheid is over je toekomstperspectief. Hoe ver durf je vooruit te plannen? Ga en kun je je werk weer oppakken? Wat vertel je aan je kinderen? Hoe ga ik met mijn sociale omgeving om? Dat zijn de vragen waar deze patiënten mee worstelen. Daarom is er in 2019 bij het HDI een groep opgericht gebaseerd op Acceptance and Commitment therapie. De sprekers zullen vertellen over de opzet (thema's en oefeningen) van de groep en hun eerste ervaringen.