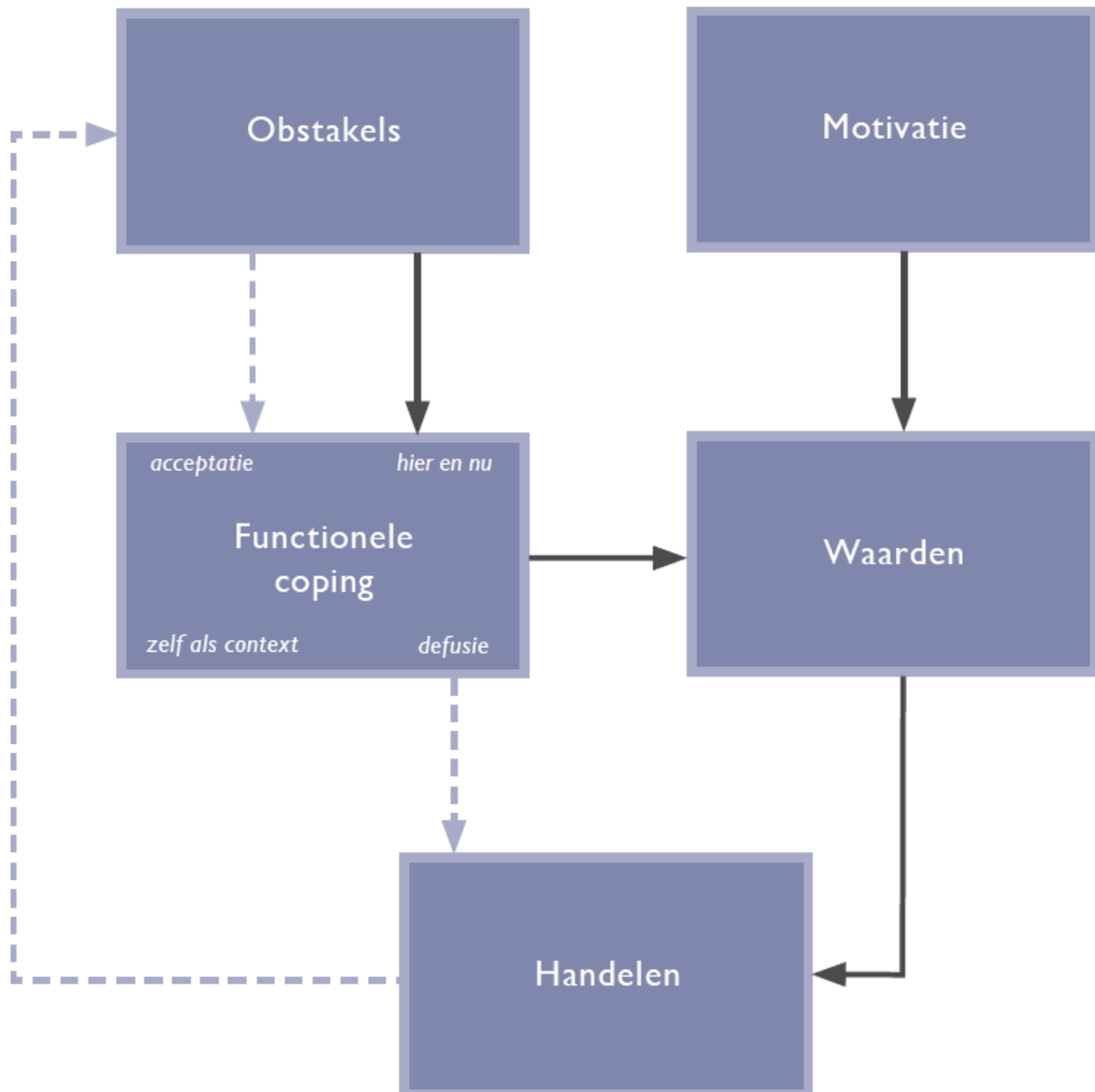


## Schema ACT-Model



Over het algemeen zijn er twee redenen waarom mensen hulp zoeken. Het kan zijn dat iemand veel obstakels ervaart in zijn leven (klachten zoals angst of depressiviteit), vaak gekoppeld aan moeilijke omstandigheden (zoals ontslag of verlies van een partner). Het kan ook zijn dat iemand prima functioneert, maar het gevoel heeft dat er iets ontbreekt aan het leven. Hierdoor is er dus een bepaalde motivatie om meer uit het leven te willen halen.