



GIOVANNI FIORITI EDITORE

Giovanni Fioriti Editore s.r.l.  
via Archimede 179, 00197 Roma  
tel. 068072063 - fax 0686703720.  
E-Mail info@fioriti.it – www.fioriti.it  
www.clinicalneuropsychiatry.org

# Il manuale del terapeuta ACT

## Apprendere e allenare le abilità dell'Acceptance and Commitment Therapy

di Jason B. Luoma, Steven C. Hayes, Robyn D. Walser  
Traduzione italiana della II edizione americana di Learning ACT



## Presentazione

Questo manuale pratico si rivolge a studiosi e professionisti che stanno compiendo il proprio percorso di acquisizione e consolidamento delle competenze in ambito ACT e offre loro la possibilità di entrare nell'azione terapeutica vera e propria attraverso l'utilizzo di dialoghi esemplificativi, vignette cliniche ed esercizi, che permettono di apprendere in maniera efficace ed esperienziale a "fare" ACT.

Dall'introduzione del modello e dei suoi processi all'esemplificazione di questi ultimi attraverso le competenze centrali, dall'applicazione clinica agli esercizi esperienziali e alle metafore, dalla formulazione del caso agli aspetti culturali e sociali, dal processo terapeutico all'analisi dettagliata delle trappole cliniche, questo manuale analizza e prende in considerazione un'ampia varietà di fattori e aspetti clinici, offre risposte chiare ed esaustive a tali contesti e rappresenta una fonte di conoscenza e competenza unica e preziosa per la sensibilità e la flessibilità dei suoi lettori.

## Indice

PREFAZIONE ALL'EDIZIONE ITALIANA

VII

RICONOSCIMENTI

1

2		
INTRODUZIONE	3	
1 IL FOCUS DELL'ACT E I SUOI SEI ASPETTI	19	
2 SVILUPPARE DISPONIBILITÀ E ACCETTAZIONE	51	
3 INDEBOLIRE LA FUSIONE COGNITIVA	115	
4 ENTRARE IN CONTATTO CON IL MOMENTO PRESENTE	169	
5 COSTRUIRE UN PERSPECTIVE TAKING FLESSIBILE ATTRAVERSO IL SÉ-COME-CONTESTO	207	
6 DEFINIRE DIREZIONI DI VALORE	249	
7 COSTRUIRE PATTERN DI AZIONE IMPEGNATA	299	
8 CONCETTUALIZZARE IL CASO UTILIZZANDO L'ACT	339	
9 L'ATTEGGIAMENTO TERAPEUTICO ACT	393	
10 ADATTARE L'ACT AI CONTESTI CULTURALI	435	
11 METTERE TUTTO INSIEME	465	
APPENDICE A: MODULO DI VALUTAZIONE DELLE COMPETENZE CENTRALI ACT		517
APPENDICE B: RISORSE PER ULTERIORI SVILUPPI	523	
APPENDICE C: UTILIZZARE L'ACT IN DIVERSI SETTING	525	
GLOSSARIO	529	
BIBLIOGRAFIA	535	
INDICE ANALITICO	545	

## Prefazione all'edizione italiana

È un immenso piacere e onore per me presentare *Il manuale del terapeuta ACT*, traduzione italiana della seconda edizione americana di *Learning ACT*. Il volume di Luoma, Hayes e Walser è un testo fondamentale, uno strumento indispensabile per ogni terapeuta che desidera apprendere la pratica dell'Acceptance and Commitment Therapy e allenarne le abilità.

Questo manuale pratico si rivolge a studiosi e professionisti che stanno compiendo il proprio percorso di acquisizione e consolidamento delle competenze in ambito ACT e offre loro la possibilità di entrare nell'azione

terapeutica vera e propria attraverso l'utilizzo di dialoghi esemplificativi, vignette cliniche ed esercizi, che permettono di apprendere in maniera efficace ed esperienziale a "fare" ACT.

Gli argomenti esposti nei capitoli di questo libro presentano, per necessità esplicative, un'organizzazione sequenziale e lineare, nonostante siano profondamente connessi e intessuti gli uni negli altri in un insieme integrato e unico che fornisce sia dal punto di vista teorico che pratico una trattazione completa ed esaustiva dell'ACT. Il libro mira a promuovere l'apprendimento e la crescita, ad arricchire il repertorio di abilità cliniche e personali dei terapeuti ACT attraverso un approfondimento di tutti gli aspetti che possono concorrere allo sviluppo di un intervento che sia efficace, flessibile e coerente con l'ACT. Dall'introduzione del modello e dei suoi processi all'esemplificazione di questi ultimi attraverso le competenze centrali, dall'applicazione clinica agli esercizi esperienziali e alle metafore, dalla formulazione del caso agli aspetti culturali e sociali, dal processo terapeutico all'analisi dettagliata delle trappole cliniche, questo manuale analizza e prende in considerazione un'ampia varietà di fattori e aspetti clinici, offre risposte chiare ed esaustive a tali contesti e rappresenta una fonte di conoscenza e competenza unica e preziosa per la sensibilità e la flessibilità dei suoi lettori.

*Il manuale del terapeuta ACT* è probabilmente lo strumento migliore per ogni professionista della salute mentale che voglia apprendere l'ACT dall'interno e incarnarne i valori, una risorsa stimolante e preziosa per l'ampiezza e la profondità delle tematiche e per la sua sensibilità nel trattarle. Non potrei raccomandare più vivamente questo meraviglioso manuale, un vero e proprio must-have per tutti coloro che sono interessati all'ACT ed alla pienezza e vitalità che questo approccio può portare all'esperienza umana.

L'edizione italiana di questo volume è frutto di un lavoro di squadra che ha richiesto quasi due anni e nasce dalla passione e dalla collaborazione di numerosi amici e colleghi cui va la mia più sincera e profonda gratitudine. Desidero innanzitutto ringraziare Giovanni Fioriti per aver creduto e contribuito concretamente alla realizzazione di questo volume, i traduttori e i revisori del testo che con cura e passione hanno condiviso con me questo complesso e importante progetto. Voglio esprimere sincera gratitudine a te lettore e a tutti i miei studenti per l'interesse e la curiosità dimostrata. Il vostro entusiasmo è per me guida e motivazione continua.

Un ringraziamento profondo e personale è rivolto agli autori del testo, in particolare a Steven C. Hayes, caro amico e collega, per la fiducia accordatami nell'affidarmi la cura di questa traduzione e per insegnarmi ogni giorno, umanamente e professionalmente, molto più di quanto si possa immaginare. A lui va il grande merito di aver dato vita alla più straordinaria ed eterogenea comunità scientifica internazionale di studiosi, ricercatori, clinici e professionisti della salute mentale, mossi quotidianamente dal desiderio di aiutare gli altri e alleviare la sofferenza umana. Un sincero ringraziamento per la loro presenza è pertanto rivolto ai numerosi amici e colleghi dell'ACBS (Association for Contextual Behavioral Science) che vorrei menzionare singolarmente ma sarebbe impossibile in questa sede. Vorrei inoltre ringraziare Paolo Moderato, Giovambattista Presti e tutti gli amici del Capitolo Italiano dell'ACBS, ACT-Italia. I miei più sentiti ringraziamenti sono poi rivolti a Francesco Mancini, Giuseppe Romano e tutti gli amici dell'Associazione di Psicologia Cognitiva e della Scuola di Psicologia Cognitiva e quanti fra colleghi, collaboratori, docenti e didatti, hanno con me condiviso e condividono quotidianamente la passione per l'ACT e mi hanno offerto il loro sostegno e consiglio durante la realizzazione di questo progetto. Desidero inoltre ringraziare con tutto il cuore la mia famiglia e tutte le persone a me vicine, in particolare la mia compagna per il sostegno, la pazienza e il supporto durante il lungo lavoro su questo volume.

Infine, non certo per importanza, vorrei esprimere la mia più profonda riconoscenza a tutti i miei pazienti, tutti quanti, per il coraggioso dono di condividere le loro vite e la loro sofferenza con me e permettermi di essere testimone della loro crescita. Grazie.

**Emanuele Rossi, PsyD**, è psicologo e psicoterapeuta libero professionista. È un trainer riconosciuto di Acceptance and Commitment Therapy (ACT), chair del Communication Committee dell'Association for Contextual Behavioral Science. Si occupa di ricerca e formazione ACT e RFT. È docente e supervisore presso la Scuola di Psicoterapia Cognitiva (SPC), membro di ACT-Italia e socio della Società Italiana di Terapia Comportamentale e Cognitiva (SITCC).

Collana: Cognitivismo clinico

prezzo: € 48,00

**Formato** 16x24 - **pagine** 566

**Pubblicazione:** Novembre 2018 - **ISBN:** 978-88-98991-89-1