



GIOVANNI FIORITI EDITORE

Giovanni Fioriti Editore s.r.l.

via Archimede 179, 00197 Roma

tel. 068072063

E-Mail [info@fioriti.it](mailto:info@fioriti.it) - [www.fioritieditore.com](http://www.fioritieditore.com)

[www.clinicalneuropsychiatry.org](http://www.clinicalneuropsychiatry.org)

# ACT per adolescenti

Trattare teenager e adolescenti in terapia  
individuale e di gruppo

di Sheri L. Turrell e Mary Bell

Edizione italiana a cura di Emanuele Rossi



## Presentazione

Il focus non è fornire una descrizione approfondita dei concetti fondamentali dell'ACT ma presentare la migliore spiegazione del modo in cui questi concetti possono essere adattati con successo per l'utilizzo con gli adolescenti. Non solo si forniranno strategie concrete per il clinico, ma s'ispirerà la creatività per sviluppare strategie che siano il più adatte possibile per i pazienti. Questo libro è inteso come una guida da tenere con leggerezza, utilizzata in modo flessibile e modificata per adattarsi al clinico, e al paziente.

*Questa guida pratica si rivolge a studiosi e professionisti, accompagnandoli passo dopo passo nell'utilizzo dell'ACT in età evolutiva in contesti sia individuali che di gruppo. Attraverso l'utilizzo di esemplificazioni cliniche, esercizi esperienziali, pratiche mindfulness, spiegazioni chiare e precise, questo volume introduce in maniera efficace alla pratica ACT con gli adolescenti.*

**Emanuele Rossi, PsyD,**  
il curatore della presente edizione

Collana: Cognitivismo clinico

prezzo: € 30,00

**Formato** 16x24 - **pagine** 292

**Pubblicazione:** Ottobre 2019 - **ISBN:** 978-88-98991-92-1

# Indice

PREFAZIONE ALL'EDIZIONE ITALIANA	IX	
PREFAZIONE	1	
INTRODUZIONE		3
PARTE 1. FONDAMENTI DELL'ACT	13	
PARTE 2. LE SESSIONI	45	
SESSIONE 1 L'ASSESSMENT	47	
SESSIONE 2 DISPERAZIONE CREATIVA	62	
SESSIONE 3 IDENTIFICARE I VALORI	99	
SESSIONE 4 DEFINIRE GLI OBIETTIVI; METTERE I VALORI IN AZIONE	126	
SESSIONE 5 DISPONIBILITÀ E AUTORIZZARE I SENTIMENTI	146	
SESSIONE 6 DEFONDERSI DAI PENSIERI	169	
SESSIONE 7 DEFONDERSI DALLA "STORIA"	203	
SESSIONE 8 SÉ-COME-CONTESTO	223	
SESSIONE 9 AUTO-COMPASSIONE	237	
SESSIONE 10 METTERE TUTTO INSIEME	251	
RINGRAZIAMENTI	269	
BIBLIOGRAFIA		271
INDICE ANALITICO	275	

## PREFAZIONE ALL'EDIZIONE ITALIANA

Ho avuto il piacere di conoscere Sheri L. Turrell e Mary Bell durante l'ACBS World Conference 12 di Minneapolis e da questo stimolante incontro professionale è nato e si è consolidato nel tempo un rapporto di stima e amicizia profonda. Questo mi ha permesso di conoscere, condividere e apprezzare il lavoro di due straordinarie cliniche e ricercatrici che sono tra i maggiori esperti mondiali di ACT per l'età evolutiva.

Sono pertanto particolarmente lieto e onorato di poter presentare l'edizione italiana di *ACT per adolescenti*. Il volume di Turrell e Bell è una risorsa incredibilmente utile e pratica, scritta in maniera coinvolgente, compassionevole ed estremamente accessibile.

Questa guida pratica ed esperienziale si rivolge a studiosi e professionisti, accompagnandoli passo dopo passo nell'utilizzo dell'ACT in età evolutiva in contesti sia individuali che di gruppo. Attraverso l'utilizzo di esemplificazioni cliniche, esercizi esperienziali, pratiche mindfulness, spiegazioni chiare e precise questo volume introduce in maniera efficace ed esperienziale alla pratica ACT con gli adolescenti.

L'edizione italiana di *ACT per adolescenti* è il risultato di un appassionante lavoro di squadra condiviso quotidianamente con numerosi amici e colleghi a cui desidero esprimere sincera e profonda gratitudine.

Innanzitutto vorrei ringraziare le autrici per la fiducia accordatami nell'affidarmi la cura della traduzione italiana di questo volume e per quanto ho potuto imparare da loro a livello professionale e umano. Un ringraziamento sentito è rivolto all'editore, ai traduttori e ai revisori del testo, con cui ho avuto il piacere di collaborare per questo importante progetto.

Un profondo ringraziamento va a Steven C. Hayes e a tutti gli amici, clinici e ricercatori dell'Association for Contextual Behavioral Science (ACBS; [www.contextualpsychology.org](http://www.contextualpsychology.org)) e del capitolo italiano ACT-Italia. Un grazie di cuore va agli amici e collaboratori delle Scuole di Specializzazione in Psicoterapia Cognitiva, Associazione di Psicologia Cognitiva (APC) e Scuola di Psicoterapia Cognitiva (SPC), in particolare all'Equipe per l'Età Evolutiva a cui ho avuto il piacere di presentare gli esercizi e gli strumenti di questo libro quando le traduzioni erano ancora in fase embrionale.

Voglio esprimere sincera gratitudine ai miei allievi e ai miei pazienti, fonte di motivazione continua e veri maestri. Grazie di cuore a tutte le persone a me vicine per il loro sostegno e per la loro presenza.

Infine vorrei ringraziare te lettore che ti stai apprestando a leggere questo volume. Mi auguro, come lo è stato per me, che queste pagine ti possano essere utili e fornire un contributo concreto in direzione dei tuoi valori.

Buona lettura.

**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).