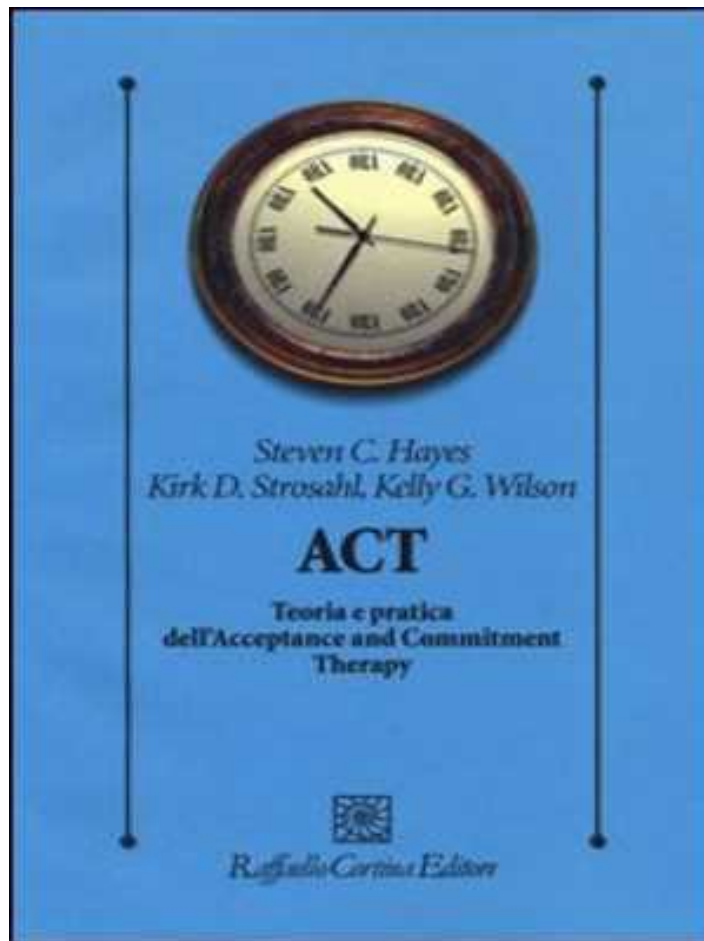


Tags: ACT. Teoria e pratica dell'Acceptance and Commitment Therapy libro pdf download, ACT. Teoria e pratica dell'Acceptance and Commitment Therapy scaricare gratis, ACT. Teoria e pratica dell'Acceptance and Commitment Therapy epub italiano, ACT. Teoria e pratica dell'Acceptance and Commitment Therapy torrent, ACT. Teoria e pratica dell'Acceptance and Commitment Therapy leggere online gratis PDF

---

## **ACT. Teoria e pratica dell'Acceptance and Commitment Therapy PDF**

**Steve C. Hayes**



*Questo è solo un estratto dal libro di ACT. Teoria e pratica dell'Acceptance and Commitment Therapy. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



Autore: Steve C. Hayes  
ISBN-10: 9788860305947  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 4364 KB

## **DESCRIZIONE**

Questo libro fornisce la versione più recente dell'ACT, scritta dai suoi creatori. L'ACT si basa sull'idea che la rigidità psicologica sia una delle principali cause di depressione, ansia e di numerose altre forme di sofferenza. Essa cerca di aiutare i clienti a superare un'eccessiva dipendenza da una forma mentis incentrata sul problem-solving e di facilitare un approccio alla vita più aperto, centrato sul vivere in maniera attiva. Gli autori descrivono modi efficaci e innovativi per coltivare la flessibilità psicologica attraverso l'individuazione di sei processi chiave: la defusione, l'accettazione, l'attenzione al momento presente, l'acquisizione di un proprio punto di vista, i valori e l'impegno nell'agire. Ogni capitolo è corredato di esempi di esercizi terapeutici e di dialoghi tra cliente e terapeuta. L'attenzione è focalizzata su mindfulness, relazione terapeutica, apprendimento relazionale, formulazione del caso e collegamenti tra ACT e terapia cognitivo-comportamentale. Il libro espone anche le ricerche che sono alla base del continuo sviluppo dell'ACT e guarda ai possibili futuri progressi scientifici. Postfazione di Paolo Moderato.

**COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

Acceptance and Commitment Therapy (ACT) ... Roche, 2001), una moderna teoria scientifica del linguaggio e della ... L'ACT è una terapia pratica ed ...

ACT. Teoria e pratica dell'Acceptance and Commitment Therapy è un libro di Steve C. Hayes , Kirk D. Strosahl , Kelly G. Wilson pubblicato da Cortina Raffaello nella ...

Una guida pratica per professionisti all'Acceptance and Commitment Therapy. Russ Harris Edizione e Traduzione Italiana a cura di Moderato, Miselli, Zucchi

**ACT. TEORIA E PRATICA DELL'ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY**

[Leggi di più ...](#)