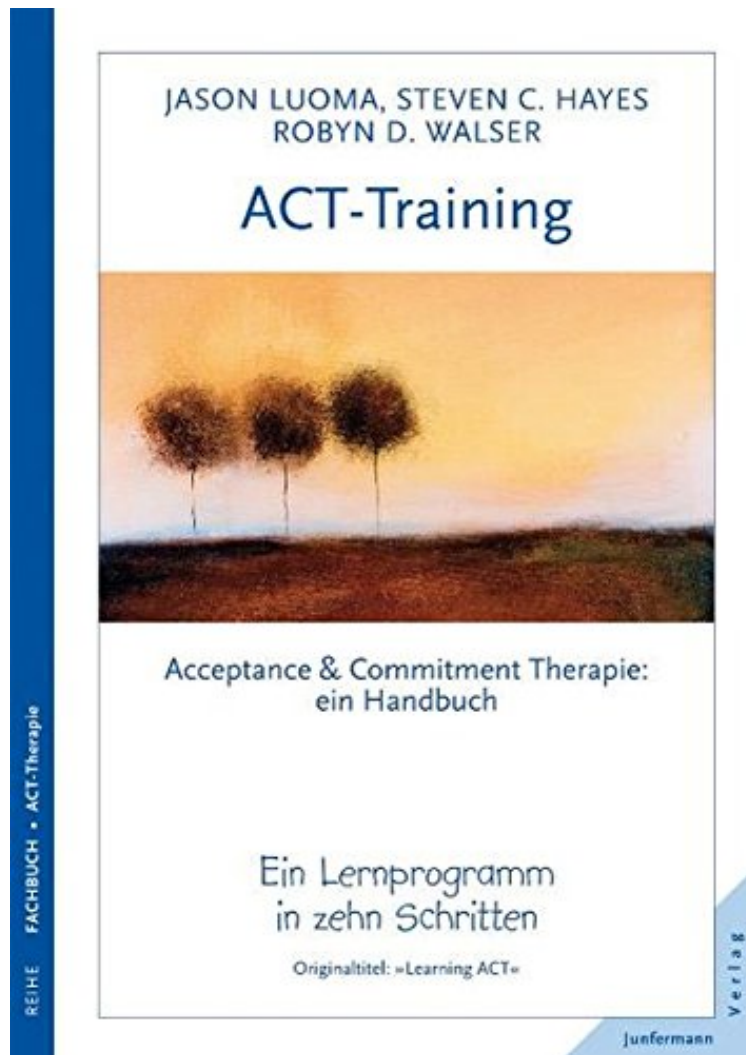


[Read now] ACT-Training Handbuch: Acceptance Commitment Therapie. Ein Lernprogramm in zehn Schritten

# ACT-Training Handbuch: Acceptance Commitment Therapie. Ein Lernprogramm in zehn Schritten

Von Jason Luoma, Steven C. Hayes, Robyn D. Walser  
DOC | \*audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation - Verkaufsrang: #448819 in BcherMarke: JunfermannVerffentlicht am: 2009-02-25Abmessungen: 9.61 x 1.18b x 6.77l, Einband: Taschenbuch480 Seiten | File size: 36.Mb

**Von Jason Luoma, Steven C. Hayes, Robyn D. Walser : ACT-Training Handbuch: Acceptance Commitment Therapie. Ein Lernprogramm in zehn Schritten** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised ACT-Training Handbuch: Acceptance Commitment Therapie. Ein Lernprogramm in zehn Schritten:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen44 von 46 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. ACT - fr TherapeutenVon Stephan Hoyndorf"ACT-Training" ist ein praxisorientiertes Buch, das Kompetenzen in der

praktischen Umsetzung der Akzeptanz- und Commitment Therapie (ACT) vermittelt. ACT ist die wichtigste Entwicklung der modernen Verhaltenstherapie. Sprache und die Suche nach funktionalen und erklärenden Worten wird in ACT mehr als Teil des Problems denn als Teil der Lösung betrachtet. Philosophisch steht ACT nahe am Buddhismus und kognitive Aktivität wird als Bewusstseinsstrom verstanden, das "ich" als innerer Erlebnisraum und nicht als Ort oder Träger eines Selbstwerts. In der therapeutischen Praxis verknüpft ACT die Werteorientierung der Logotherapie, das Lebendige der Gestalttherapie, das Konzept der Achtsamkeit und die verhaltenstherapeutische Exposition. "ACT-Training" ist ein Lernprogramm in 10 Schritten, d.h. in 10 Kapiteln. Nach einer knappen Einführung folgen je 1 Kapitel zu den 6 Grundprinzipien von ACT, ergänzt durch Kapitel zur Fall-Konzeptualisierung, therapeutischer Haltung und therapeutischer Beziehung. In jedem Kapitel werden step-by-step Kern- und Mikrokompetenzen für Therapeut(innen) definiert und operationalisiert. Hinzu kommen viele Übungsfragen an den Leser. Interessant ist dieses Buch für die Therapeuten, die schon ein Standardwerk von ACT gelesen haben und ihre Kenntnisse vertiefen wollen. Interessant ist dieses Werk auch für die, die den state of the art der Werte orientierten Therapie kennen lernen wollen. 9 von 10 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. ACT von Wolfgang Seifert Leider nur drei Sterne, aber nicht aufgrund des Inhalts, sondern aufgrund der schweligen, umständlichen, geschraubten deutschen Formulierungen. Ich musste oft lange Stücke mehrfach lesen, ehe ich zum Pudels Kern gelangte. Dem Lektor sei es geschuldet, wenn es einen gab. Nun habe ich keinen Vergleich mit der Originalausgabe. Der deutsche Text erscheint mir anstrengender als MHSAM. Zum Therapiekonzept: Das kommt mir sehr gelungen vor und ich beglücke mich, es in der therapeutischen Arbeit einzusetzen. Eine Kombination aus Verhaltenstherapie und Achtsamkeitsbasierten Konzepten. Die Zielgruppe muss aber noch mitdenken können, nichts für "einfache" Gemüter, was nicht besser gemeint sein soll. Wolf 7 von 9 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Eher für Fachleute. Um seine Krankheiten selber besser zu verstehen hilft das Buch einem schon, allerdings ist es eigentlich für Therapeuten geschrieben, mit Übungen die man mit dem Patienten machen kann. Ich habe nach Kapitel 3 oder 4 aufgehört zu lesen, weil es mir zu theoretisch wurde.

**Produktbeschreibung** Handbuch der Acceptance Commitment Therapie. Ein Lernprogramm in zehn Schritten. Broschiertes Buch. Übersetzt von Theo Kierdorf. Die Acceptance Commitment Therapie (ACT) ist ein neuer psychotherapeutischer Ansatz, der davon ausgeht, dass Menschen in der Regel nicht bereit sind, unerwünschte Gedanken, Gefühle und körperliche Zustände zu erleben. Versuchen sie jedoch diese zu vermeiden, entsteht Leid. Durch achtsame Akzeptanz - indem die Patienten zu unterscheiden lernen zwischen dem, was sie verändern können, und dem, was nicht verändert werden kann - werden Kräfte für Veränderung mobilisiert. Nach einem allgemeinen Überblick über das ACT-Modell und seine theoretischen und philosophischen Grundlagen erhält der Leser eine Anleitung, wie die sechs zentralen ACT-Prozesse zu verstehen und zu nutzen sind. Die einzelnen Kapitel enthalten zahlreiche Übungen, mit deren Hilfe das Gelernte angewendet werden kann.

**Kurzbeschreibung** Die Acceptance Commitment Therapie (ACT) ist ein neuer psychotherapeutischer Ansatz, der davon ausgeht, dass Menschen in der Regel nicht bereit sind, unerwünschte Gedanken, Gefühle und körperliche Zustände zu erleben. Versuchen sie jedoch diese zu vermeiden, entsteht Leid. Durch achtsame Akzeptanz - indem die Patienten zu unterscheiden lernen zwischen dem, was sie verändern können, und dem, was nicht verändert werden kann - werden Kräfte für Veränderung mobilisiert. Nach einem allgemeinen Überblick über das ACT-Modell und seine theoretischen und philosophischen Grundlagen erhält der Leser eine Anleitung, wie die sechs zentralen ACT-Prozesse zu verstehen und zu nutzen sind. Die einzelnen Kapitel enthalten zahlreiche Übungen, mit deren Hilfe das Gelernte angewendet werden kann. über den Autor und weitere Mitwirkende Jason Luoma, Ph. D., ist klinischer Psychologe, Leiter des Forschungs- und Ausbildungszentrums der Portland Psychotherapy Clinic. Steven C. Hayes, Ph. D., ist Professor für Psychologie an der University of Nevada. Er hat mehr als 30 Bücher verfasst und war Präsident der Association for Behavioral and Cognitive Therapies. Er hat weltweit Hunderte von ACT-Trainings geleitet. Robyn D. Walser, Ph. D., ist klinische Psychologin und arbeitet als Beraterin, ACT-Workshop-Leiterin und Therapeutin in ihrem privaten Unternehmen, TL Consultation Services.